

POWER BOWLS

MANGO BOWL 5.50

Yoghurt, Mango-Püree, Banane, Kiwi, Ananas, Heidelbeeren, Mango, Granola, Chiasamen

BLAUBEERE-ACAI BOWL 6.00

Yoghurt, Blaubeeren Acai-Püree, Banane, Blaubeere, Kiwi, Ananas, Mango, Granola, Chiasamen

SEASON BOWL 5.90

saisonal wechselnde Bowl

BREAKFAST all Day

MÜSLI 3.50

Schoko, Früchte oder Vollkorn mit saisonalen Früchten

MILCHREIS CLASSIC 4.00

mit Zimt & Zucker und saisonalen Früchten

OMA'S MILCHREIS 4.50

mit Sauer-Kirschen, Butterbrösel und Zimt&Zucker

KIDS MILCHREIS 5.00

mit Bio-Apfelmark, Zimt & Zucker und saisonalen Früchten

BANANA SPLIT MILCHREIS 5.00

mit Schokolade, Bananen, Granola und Blaubeeren

COFFEE

ESPRESSO 2.20

ESPRESSO DOPPIO 3.40

CAPPUCCINO 3.20

CAPPUCCINO groß 4.00

KAFFEE 2.90

KAFFEE groß 3.50

MILCHKAFFEE 4.00

LATTE MACCHIATO 4.00

HEIßE SCHOKOLADE hell/dunkel 4.00

CHAI LATTE verschiedene Sorten 4.20

GOLDENE MILCH 4.20

HEIßE ZITRONE 3,10

TEE verschiedene Sorten 3.10





POKÉ BOWLS & CAFÉ



HAVE A GOOD TIME!

WWW.SOUL-BOWL.DE

  @soulbowl_foodforyoursoul

SOUL BOWL GASTRO GMBH

REICHSTÄDTER STR. 6, 73430 AALEN

WWW.SOUL-BOWL.DE

INFO@SOUL-BOWL.DE

07361 5558141

POKÉ BOWLS

UMAMI TUNA-BOWL

Reis, Thunfisch, Edamame, Gurke, rote Zwiebeln, Guacamole, Erdnüsse, Salat, Sesam, Dirty Umami Sauce

14.40

SPICY TUNA-BOWL

Reis, Thunfisch, rote Zwiebeln, Edamame, Gurke, Avocado, Röstzwiebeln, Chiliöl, Salat, Chiliflocken, Sesam, Smokey Chili Sauce

15.00

SHRIMPS-BOWL

Reis, gekochte Garnelen, Edamame, Gurke, rote Bete, Mango, Avocado, Koriander, Röstzwiebeln, Salat, Sesam, Spicy Manila Sauce

14.00

WAIKIKI SHRIMPS-BOWL

Reis, gegrillter Garnelen-Spieß, Edamame, Ananas, Gurke, Wakame, Avocado, Sesam, Salat, Wasabinüsse, Waikiki Sauce

14.20

SALMON-BOWL

Reis, Lachs, Edamame, Gurke, Frühlingszwiebeln, Wakame, Avocado, Sesam, Salat, Cashewkerne, Spicy Manila Sauce

14.40

SWEET SALMON-BOWL

Reis, Lachs, Kiwi, Edamame, Gurke, Wakame, Mango, Sesam, Salat, Cashewkerne, Röstzwiebeln, Honey Sweet Sauce

13.90

SPICY CHICKEN-BOWL

Reis, Chicken, rote Zwiebeln, Gurke, Edamame, Avocado, Chiliflocken, Salat, Erdnüsse, Sesam, Waikiki Sauce

13.50

SWEET CHICKEN-BOWL

Reis, Chicken, Gurke, Edamame, Granatapfel, Avocado, Sesam, Salat, Cashewkerne, Honey Sweet Sauce

13.00

PLANTED CHICKEN-BOWL

Reis, planted Chicken, Gurke, Ananas, Frühlingszwiebeln, Mango, Sesam, Salat, Erdnüsse, Peanut Cream

13.50

POKÉ BOWLS

SWEET PLANTED CHICKEN-BOWL

Reis, planted Chicken, Edamame, Gurke, rote Zwiebeln, Mango, Sesam, Salat, Erdnüsse, roasted Sesam Sauce

13.70

SMOKED TOFU-BOWL

Reis, smoked Tofu, Edamame, Gurke, rote Zwiebeln, Wakame, Avocado, Sesam, Salat, Cashewkerne, roasted Sesam Sauce

13.90

SPICY SMOKED TOFU-BOWL

Reis, smoked Tofu, Edamame, Gurke, rote Zwiebeln, Hirtenkäse, Avocado, Chiliöl, Sesam, Salat, Chiliflocken, Smoked Chili Sauce

14.10

MIXED VEGGIE-BOWL

Reis, smoked Tofu, gebratener Blumenkohl, Falaffelbällchen, Edamame, Gurke, rote Zwiebeln, Guacamole, Mango, Sesam, Salat, Röstzwiebeln, Peanut Cream Sauce

13.90

UMAMI RAMEN

SPICY CHICKEN-RAMEN

Brühe auf Soja Basis mit Miso-Paste, Ramen-Nudeln, Chicken, gekochtes Ei, Chiliflocken, Chiliöl, Sojasprossen, Frühlingszwiebeln

8.20

CHICKEN-RAMEN

Brühe auf Soja Basis mit Miso-Paste, Ramen-Nudeln, Chicken, gekochtes Ei, Sojasprossen, Frühlingszwiebeln

7.90

SHRIMPS-RAMEN

Brühe auf Soja Basis mit Miso-Paste, Ramen-Nudeln, gekochte Garnelen, gekochtes Ei, Sojasprossen, Frühlingszwiebeln

8.40

SMOKED TOFU-RAMEN

Brühe auf Soja Basis mit Miso-Paste, Ramen-Nudeln, smoked Tofu, Wakame, Sojasprossen, Frühlingszwiebeln

7.50

BUILD YOUR BOWL

1

BASE

mix deine Base

- Sushi Reis
- Vollkornreis
- Salat-Mix

2

PROTEIN

wähle ein Protein

- Hähnchenbrust
- planted Chicken
- Falaffelbällchen
- smoked Tofu

11.00

- Thunfisch
- Lachs
- Garnelen

12.00

3

MIXED-INS

freie Wahl

- Gurke
- Cherry-Tomate
- Edamame
- Ananas
- rote Zwiebeln
- Frühlingszwiebeln
- rote Bete
- Spinat
- Koriander

4

SAUCE

wähle eine Sauce oder kombiniere zwei

- Waikiki (leicht scharfe Poké Bowl Sauce)
- Honey Sweet (Honig Senf Sauce)
- Dirty Umami (einzigartige Umami Sauce)
- Smokey Chili (geräucherter Chili)
- Spicy Manila (Mango, Chili und Kokos)
- roasted Sesame (vollmundiger gerösteter Sesam)
- Peanut Cream (Erdnussauce)

+

1.50 TOPPING

- Röstzwiebeln
- Erdnüsse
- Cashewkerne
- Wasabinüsse
- Sushi Ingwer
- Sojasprossen

+

2.00 PREMIUM TOPPING

- Avocado
- Guacamole
- Kimchi
- Mango
- Wakame
- Grantapfel
- Blaubeere
- gebratener Blumenkohl
- Humus
- Couscous
- Kiwi
- Hirtenkäse

*jede Bowl enthält Sesam



vegan



scharf

DRINKS

WASSER gefiltert, still/medium	0.30L 2.00
	1.00L 4.60
STUGGI KIRSCH SCHORLE	0.33L 3.90
STUGGI APFEL SCHORLE	0.33L 3.90
STUGGI RHABARBER SCHORLE	0.33L 3.90
STUGGI JOHANNIS SCHORLE	0.33L 3.90
STUGGI LÖWENZAHN SCHORLE	0.33L 3.90
FRITZ COLA	0.33L 3.90
FRITZ COLA zuckerfrei	0.33L 3.90
FRITZ MISCH MASCH	0.33L 3.90
FRITZ ORANGEN LIMONADE	0.33L 3.90
COCA COLA	0.33L 3.90
SPRITE	0.33L 3.90
ANANAS LIMONADE homemade	0.33L 4.00
ICETEA TRADE ISLAND Pfirsich	0.33L 3.90
ICETEA TRADE ISLAND Lemon	0.33L 3.90
ICETEA homemade	0.40L 4.20
RED BULL	0,25L 4.50

ALCOHOLICS

BAYREUTHER HELL	0.33L	3.60
BAYREUTHER HELL	0.50L	4.20
HACKER PSCHORR RADLER	0.50L	4.20
alkohol/alkoholfrei		
MEIER WEINE rot/weiß/rosé	0.20L	4.90
PRIMITIVO PUGLIA rot	0.20L	5.90
PINOT GRIGIO GARDA weiß	0.20L	5.20
PROSECCO	0.10L	4.20
HUGO		6.00
Prosecco, Holunder, Limette, Minze, Soda		
APEROL SPRITZ		6.00
Prosecco, Aperol, Soda		
BEEFEATER GIN TONIC		7.50
MONKEY 47 GIN TONIC		9.00
HAVANNA RUM COLA		7.50
CUBA LIBRE		8.50
Havana Rum, Coca Cola, Limette		
SCHNAPS Williams oder Marille	2 CL	3.00
GRAPPA	2 CL	4.20
ZACAPA 23 RUM	4 CL	9.50

COFFEE

ESPRESSO	2.20
ESPRESSO DOPPIO	3.40
CAPPUCCINO	3.20
CAPPUCCINO groß	4.00
KAFFEE	2.90
KAFFEE groß	3.50
MILCHKAFFEE	4.00
LATTE MACCHIATO	4.00
HEIßE SCHOKOLADE hell/dunkel	4.00
CHAI LATTE verschiedene Sorten	4.20
GOLDENE MILCH	4.20
HEIßE ZITRONE	3.10
TEE verschiedene Sorten	3,10



POKÉ BOWLS & CAFÉ GETRÄNKEKARTE




**HAVE A GOOD
TIME!**

SOUL BOWL GASTRO GMBH

REICHSSTÄDTER STR. 6, 73430 AALEN
WWW.SOUL-BOWL.DE
INFO@SOUL-BOWL.DE
07361 5558141

WWW.SOUL-BOWL.DE

  @soulbowl_foodforyoursoul