

Wohlstoff



Speisen & Getränke

GLUTENFREI · VEGAN · VEGETARISCH

Satter Start in den Tag bis 12.00 Uhr

Birchermüsli over Night ^(1,2)

Glutenfreie Haferflocken, Karotten, Apfel, Hanfsamen, Leinsamen, Agavendicksaft und Sojajoghurt

4,70€

Açaíowl ⁽¹⁾

Eine erfrischende Creme aus Banane, Mango, Açaípüree, Mandelmilch

4,50€

Matchabowl ⁽¹⁾

Ein cremiger Wachmacher aus Banane, Spinat, Matcha, Kokosnussmilch, Guavenpüree

5,10€

I want it all

Ein Potpourri aus allen Müslis und Toppings

9,90€

Toppe Deine Bowls

Granolatopping ⁽¹⁾

Haselnüsse, Mandeln, Kakaonibs, Haferflocken, Hanfsamen, Chiasamen

2,90€

Fruchtnusstopping ⁽¹⁾

Cashewnüsse, Chiasamen, Paranüsse, Hanfsamen, Kiwi & Birne (je nach Jahreszeit)

3,80€

Kokosflocken ⁽¹⁾

mit Guavenpüree

2,50€



Vroochstück

täglich bis 12.00 Uhr

Tausche Dein veganes Ei & Käse durch Rohmilchkäse & ein Bioei. Aufpreis: 1,50€

Vantastic ⁽¹⁾

Marmelade, Schokonusscreme, Butterine und Früchte der Saison, Brot und Brötchen

6,90€

Vrohlockend ⁽¹⁾

Marmelade, Schokonusscreme, Chiapudding mit Guavenpüree, Obstsalat, Butterine, Brot & Brötchen

9,90€

Vielversprechend ⁽⁵⁾

Rohkostgemüse (Tomate, Gurken & Paprika), Gemüseaufstrich, ¼ Avocado, Butterine, Käse, Brot & Brötchen

9,90€

Wahre Freude

Rohkostgemüse (Tomate, Gurken, Paprika), Gemüseaufstrich, Butterine, Käse, gebratene Tomaten & Rührei mit Speck, ¼ Avocado, Brot und Brötchen

12,50€

Verrückt ⁽¹⁾

Marmelade, Gemüseaufstrich, Käse, Butterine, Rohkost (Tomaten, Gurken, Paprika), Fruchtarrangement, Chiapudding mit Guavenpüree, ¼ Avocado, Rührei mit Speck, Brot und Brötchen

13,90€

Englisch Vastbreak ⁽¹⁾

Speck, Rührei, Champignons, gebratene Tomate, warmes Bohnengemüse, warmes Haferflockenmüsli und Vürstchen

13,90€

Tofu Omelett ^(1, 5, 8)

mit gerösteten Tomaten, Rucola & Basilikumpesto mit 1 Scheibe Brot mit Speck mit Pilzen mit mediterranem Gemüse

8,90€

+ 1,50€

+ 1,20€

+ 2,90€

Extra Brotscheibe

0,80€

Extra Brötchen

1,50€

EIN STAPEL VOLLER PANCAKES GANZTÄGIG



Beeren-Pancakes ⁽¹⁾

Beeren & Kokosnussjoghurt geschichtet, mit Kokosblütenzucker bestäubt

1 Stk.

2,90€

2 Stk.

5,90€

3 Stk.

8,90€

Schoko-Nuss-Pancakes ⁽¹⁾

mit Schokocreme & Haselnüssen

1 Stk.

2,90€

2 Stk.

5,90€

3 Stk.

8,90€

Herzhafte Pancakes

Mediterranes Gemüse (Aubergine, Zucchini, getrocknetete Tomaten, geschmorte Paprika, Kalamataoliven), Basilikumchillipesto

11,50€

Vegetarisches

Alle Optionen in vegetarisch
möglich, mit Spiegelei
oder Rührei.

Buntes Allerlei ^(5, 1, 8)

veganes Rührei mit mediterranem Kräuter-Gemüse & ½ Sesam-Avocado & Wildkräutersalat (Low Carb)

12,90€

Gegrilltes Brötchen XXL ^(5, 6)

Avocadocreme, Rucolasalat, gebratene Tomatenscheiben & veganes Rührei

9,90€

Kleines, Feines & Salate

ab 12.00 Uhr

Kleiner Beilagensalat

saisonale Salate,
Früchte & Gemüse

4,80€

Suppe/Salat des Tages

mit geröstetem Brot

4,90€

Aubergine nach Hausmacherart

Schmand, Apfel, Zwiebel, Essiggurke,
Rosmarinkartoffelchen & Salat

Kleine Portion

7,90€

Große Portion

11,90€

Wildkräutersalat ^(1, 5, 6, 8)

in Olivenöldressing

mit Erbsen-Limonen-Falafel, Tomate,
Gurke, Paprika, Radieschen, Karotte,
Nüsse, dazu Kräutergurkendip (Soja)

13,90€

Vrohstoff-Salatteller ^(1, 5, 6, 8)

knackige Salate, Früchte, Hanfsamen,
Nüsse & Kerne karamelisiert, vegane
Kräuterkäsescheiben & gebratene Pilze

Kleine Portion

8,90€

Große Portion

12,90€

Spaghetti- kompositionen

Wähle Deine Spaghetti-Variante!

Nudelmix

aus Karotte, Zucchini & Kichererbsen

Low Carb

gebratene Spaghetti aus Karotte & Zucchini

Rohvegan (kaltes Gericht)

aus Zucchini

Mit Basilikumpesto

Für 2 Personen

6,90€

12,80€

Tomatensoße & Basilikumpesto ⁽⁵⁾

Für 2 Personen

7,90€

13,80€

Kräftige Sojabolognaise ^(2, 5)

Für 2 Personen

8,90€

16,80€

Vegane Jakobsmuschel- & Erbsenminzesoße ⁽⁵⁾

Für 2 Personen

9,90€

18,80€



BURGER

Wähle Deinen Burger!

Im Brötchen

10,50€

Im Portobellopilz

9,50€

In der Fleischtomate

8,50€

Extra Käse

1,00€

Der Peruaner ^(1, 5, 6)

Paddie aus Quinoa mit Rauch, Tomate, Gurke,
Käsesoße, Schmorzwiebeln, Rucola

Der Grieche ^(1, 5, 6, 8)

Bohnenolivenpaddie, Zaziki, Minzpesto,
Salat, Tomate, Oliven, Zwiebeln,
Pastinakenchips

Der Italiener ^(1, 5, 6, 8)

Auberginen-Zucchini-paddie,
Basilikumpesto, gebrates mediteranes
Gemüse, getrocknete Tomatensalsa,
Zwiebeln, knackige Blattsalate,
Ketchup und Käse

Der Mexikaner ^(1, 5, 6, 8)

Schwarzes Bohnenpaddie mit Rote Bete,
Käse, Blattsalate, Mais, Gurkenrelish,
Tomatensalsa, Maischips und
vegane Mayo,

Der Afrikaner ^(1, 5, 6, 8, 9)

Süßkartoffelamaranthpaddie,
Spinat-Erdnussgemüse, Rote Bete,
Erdnusssoße, Salat, Apfelzwiebel-Chutney,
Rote Bete Chips

Der Amerikaner

Knusprig gebratenes Bohnenpaddie in
BBQ-Soße mariniert, mit Speck und Käse
überbacken dazu frische Tomaten,
Gurken und Röstzwiebeln

Der Japaner ^(5, 6)

Selleriefilet mit Noriblatt und feinen Gewürzen
mariniert, auf knackigen Blattsalaten,
Remoulade und Kartoffelchips

Beilagen

Maiskolben

2,50€

Kleiner Salat

2,90€

Kleine Süßkartoffelpommes

3,90€

Große Süßkartoffelpommes

4,90€

Portion Kartoffelchips

3,50€

Portion Maischips

3,50€

Dips & Saucen

Avocadocreme

1,00€

Joghurt-Gurken-Dip

1,00€

Rote-Bete-Erdnuss-Dip

1,00€

Käsesauce

1,00€

Tomatensalsa

1,00€

Ketchup

0,50€

Majonaise

0,50€

FOCACCIA

Focaccia

frisch belegt mit Avocado, Rucola,
Oliven & getrockneten Tomaten

8,90€

Focaccia ⁽²⁾

frisch belegt mit Kräuterseitlingen,
Thymianöl, Schmand &
frischen Kräutern

9,90€



Vom Feinsten

ab 12.00 Uhr

Sellerieisch ^(1, 5, 6, 8)

auf Gurken-Dill-Gemüse, Bratkartoffeln, Remoulade **13,90€**

Linsenhirse-Curryplätzchen ^(1, 5, 6, 8)

auf Fenchelpilzrahmgemüse, dazu geschmorter Römersalat **14,50€**

Lasagne ^(1, 2, 5, 6, 8)

geschmortes Gemüse mit Sojabolognaise, mit rotem Mangoldsalat, Käsesoße und Bechamel, mit Käse überbacken **14,90€**

Gefüllte Ofensüßkartoffel ^(1, 5, 6, 8)

Kapernäpfel, getrocknete Tomaten, Kalamata Oliven, Zucchini, Aubergine und Artischocken, mit Cashewminzcreme überbacken, Blattsalate **15,90€**



Rohveganer Genuss

Gemischte rohköstliche Platte ^(1, 5, 8)

mit saisonalem Obst, Gemüse, rote Zwiebel getrockneten Früchten, Nüssen, Dips, Samen, Keimen, Sprossen & hausgemachtem Brot **14,50€**

THE ONLY THING
I LIKE BETTER
THAN TALKING
ABOUT FOOD IS
EATING.

• JOHN WALTERS



Detoxsäfte

Auf Wunsch mit veganem Eiweißpulver: + 1,00€

Green Karma (0,4l)

Apfelsaft, Orangensaft, Babyspinat, Kokosnussmilch, Datteln, Zucchini, Banane, Apfel **4,80€**

Blue Angel (0,4l)

Blaubeeren, Mango, Feigen, Mandelmilch, Orangensaft **4,80€**

Kurkuma Sunrise (0,4l)

Mango, Gurke, Banane, Apfel, Mandelmilch, Kurkuma, Apfelsaft **4,80€**

Purple Unicorn (0,4l)

Himbeeren, Apfel, Banane, Kokosmilch, Apfelsaft, Minze **4,80€**

Yellow Submarine (0,4l)

Apfel, Banane, Gurke, Mandelmilch, Apfelsaft **4,80€**

Shots & Booster

Ingwer | Apfel | Kurkuma **2,50€**

Ingwer | Orange | Zimt **2,50€**

Hausgemachte Limo

Zitronen - Thymian (0,4l) **3,90€**

Basilikum - Zitrone (0,4l) **3,90€**

Waldbeer - Thymian (0,4l) **3,90€**

Marille (0,4l) **3,90€**

Preiselbeere (0,4l) **3,90€**

TEELUST

Spicy-Granatapfel (0,5l)

Granatapfel, Orangenschale, Kardamon, grüner Tee **4,50€**

Kopfschmerzdrink (0,5l)

Lorbeer, Orangensaft, Orangenschale, Zimt **4,50€**

Klarer Kopf (0,5l)

Salbei, Gewürznelken, Agavendicksaft, Zitronenscheibe **4,50€**

Frischer Minztee (0,5l) **3,90€**

Frischer Ingwertee (0,5l) **3,90€**

Frischer Minze-Ingwertee (0,5l) **3,90€**

Chailatte (0,4l)

Schwarzer Tee mit Milch **3,20€**

Schwarztee (0,3l)

Chai **2,90€**

Grüntee (0,3l)

Kaktusblüte **2,90€**

Früchtetee (0,3l)

Rotes Früchtchen **2,90€**

Kräutertee (0,3l)

Ayurvedischer Tulsi **2,90€**



Karaffe voll Glück

mit Mineralwasser, spritzig oder still

Himbeer, Mango & Minze (0,5l) **3,90€**

Gurken, Mango & Minze (0,5l) **3,90€**

Thymian, Grapefruit & Heidelbeere (0,5l) **3,90€**

Zitrone, Limette & Orange (0,5l) **3,90€**



Wasser aus der Flasche

| | |
|------------------------------|-------|
| Apollinaris spritzig (0,25l) | 2,10€ |
| Apollinaris spritzig (0,5l) | 4,20€ |
| Vio still (0,25l) | 2,10€ |
| Vio still (0,75l) | 4,80€ |

Fruchtschorlen

| | |
|-----------------------|-------|
| Apfel (0,33l) | 2,60€ |
| Johannisbeere (0,33l) | 2,60€ |
| Rhabarber (0,33l) | 2,60€ |
| Gurke-Limette (0,33l) | 2,60€ |



Fruchtig

| | |
|--|-------|
| Maracuja-Orange-Schorle (0,33l) | 2,60€ |
| Zitronen-Ingwer-Limo (0,33l) | 2,60€ |
| Orangensaft frisch gepresst (0,25l) | 3,80€ |
| Grapefruitsaft frisch gepresst (0,25l) | 4,50€ |

Bier

| | |
|--|-------|
| Distelhäuser Pils (0,33l) alkoholfrei | 3,20€ |
| Neumarkter Lammsbräu (0,33l) Pils glutenfrei | 3,20€ |
| Kesselring Steini (0,33l) Radler | 2,90€ |
| Kesselring Steini Pils | 2,90€ |
| Keiler Hefeweizen (0,5l) hell | 3,50€ |
| Kapuziner Hefe (0,5l) alkoholfrei | 3,50€ |

To eat is
human,
to eat well
is divine.

WARM & KALT

Wähle Deine
Milch-Variante!

Sojamilch, laktosefreie Milch, Kokosnussmilch, Mandelmilch.

| | |
|--|-------|
| Kurkumalatte (0,35l) Apfel, Kurkuma, Kardamon, Zimt, Pflanzenmilch, Ingwer | 4,50€ |
| Matchalatte (0,35l) Zimt, Matcha, Pflanzenmilch | 4,50€ |
| Maya-Kakao (0,35l) Pflanzenmilch, dunkle Schokolade, Macapulver, rote Chilli, Pfeffer | 4,50€ |
| Chococcino (0,35l) Pflanzenmilch, Kaffeepulver, Kakaopulver | 3,90€ |
| Heiße Schokolade (0,35l) Pflanzenmilch, Kakaopulver | 3,90€ |



Kaffee Spezialitäten

Aus der Rösterei Rossini in Italien.
Von unserem Barista-Meister Yaser für Euch
frisch zubereitet:

| | |
|----------------------------------|-------|
| Cappuccino Tasse | 2,80€ |
| Cappuccino Pott | 3,40€ |
| Latte Macchiato | 3,10€ |
| Espresso | 1,90€ |
| Espresso Macchiato | 2,10€ |
| Milchkaffee | 3,10€ |
| Espresso Doppio Macchiato | 3,30€ |
| Americano Tasse | 2,20€ |
| Americano Pott | 3,20€ |

Unsere Kaffeesorte ist eine 50 – 50
Mischung aus Arrabica und Robusta,
kräftig und vollmundig.





Rotweine

Spätburgunder trocken

Weingut Schenk (Randersacker)

Ein vollmundiger, samtiger Wein mit Nuancen von Mandel. Ein süßlicher Duft nach roten Früchten rundet das fruchtige Aroma ab.

0,1l 2,60€ 0,2l 5,20€ 0,75l 19,50€

Shiraz Condor Andino

Andeau Vinyards (Mendoza, Argentinien)

Körperreich mit weichen Tannen, Noten von Coca Blatt und Minze. Umschmeigt von fülligen Waldbeeraromen. Toll zu den feinen Linsen-Hirsecurryplätzchen.

0,1l 2,10€ 0,2l 4,20€ 0,75l 16,00€

WEIßWEINE

Silvaner trocken

Ein leichter Wein mit dezent-duftigem Aroma. Eine milde Säure ist charakteristisch für diesen wohlriechenden Wein, der an Kräuter erinnert.

0,1l 2,20€ 0,2l 4,40€ 0,75l 16,50€

Riesling DAC Sprinzenberg

Weingut Geyerhof (Kremstal Österreich)

Ein Traum von Mango und Ananas gepaart mit duftendem Weinbergspfrsich. Das dynamische Süße - Säure Spiel untermalt perfekt orientalische und asiatische Gewürzmischungen.

0,1l 2,20€ 0,2l 4,40€ 0,75l 16,50€

Chardonnay trocken

Andeau Vinyards (Mendoza, Argentinien)

Ein leichter Sommer-Chardonnay mit Aromen von Papaya, Banane und Physalis. Top zu unseren Pastagerichten oder Salaten.

0,1l 2,10€ 0,2l 4,20€ 0,75l 16,00€

Roséweine

Malbec Rosé

Andeau Vinyards (Mendoza, Argentinien)

Volle Frucht nach Cassis und Süßkirschen mit erfrischender Leichtigkeit. Dieser kräftige Rosé erfrischt Ihre Sinne und macht einfach Spaß in geselliger Runde.

0,1l 2,10€ 0,2l 4,20€ 0,75l 16,00€

Weinschorle

Weinschorle (0,25l)

fruchtig oder trocken

3,90€

*Eat clean.
Stay fit.
And have a
Burger
to stay
sane.*

Dies & Das

Cassis Sprizz

Cassis, Roséwein, Mineralwasser, Beeren 6,50€

Aperol Sprizz

Aperol, Prosecco, Orangen 6,50€

Vrohgin

Gin Rose, Tonic Water, Beeren, Limette 6,50€

Hugo

Secco, Soda, Minze, Limette, Holunderblütensirup 6,50€

Black Hugo

Schwarzer Holunder, Limette, Minze, Sekt 6,50€

Lillet Vroh

Lillet Blanc, Tonic Water, Himbeeren, Gurke, Minze 6,50€

Rosato Basil

Secco Aperitivo, Rosato, Basilikum 6,50€

Cuba Libre

Havanna Rum, Cola, Limette 6,90€

Bacardi Rezz

Bacardi Rum, Himbeere, Sprite 7,90€

Gin Tonic

Gin, Tonic Water, Gurke 7,90€

Vodka (2cl)

2,50€

Jägermeister (2cl)

2,50€

Tequila

silver & gold 2,50€



**Schön, dass Sie
da sind!
Wir wünschen
Ihnen eine
angenehme
& genussvolle
Reise, hier bei
uns, im
VROHSTOFF.**



Alles glutenfrei

Alle Backwaren, Nudeln, Kuchen und Torten, die Du bei uns bekommst, sind immer & absolut glutenfrei, deshalb verzichten wir bewusst darauf, dies bei jeder Speise extra zu erwähnen!

vRoh & Gesund

Du willst es raw, low-carb & co? Frisches, unverarbeitetes & unkonserviertes »Living Food« servieren wir Dir gerne! Zu Deiner »Vrohkost«-Mahlzeit passen auch unsere Smoothies sehr gut!

Social Media



