

VEG • BRATNUDELN

- 131 Peanut Noodle** **11,80 €**
Gebratene Weizennudeln mit veg. Hühnerscheiben*, Spitzkohl, Möhren, Zwiebeln und Lauch in pikanter Erdnuss-Soße (Soja-, Weizen-Protein, Soja-Ballaststoffe)*^{1,2,3,4}
- 132 Buckwheat Noodle** **11,80 €**
Gebratene Buchweizennudeln mit veg. Shrimps*, Kombu-Algen, Spitzkohl, Möhren, Zwiebeln und Sesam in taiwanesischer Tsa-Za-BBQ-Soße (Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)*^{1,2,3}
- 133 Rice Noodle** **11,80 €**
Gebratene Reissnudeln mit veg. chin. Bratwurst*, Erbsenschoten, Sellerie, Möhren, Zwiebeln und frischem Koriander in scharfer süß-saurer Tamarinden-Limetten-Soße (Soja-Protein, Yam)*^{1,2,6}

BEILAGEN + EXTRAS

- 141 Reis** **1,80 €**
- 142 Nudeln**^{1,2} **1,80 €**
- 143 Soße** **1,00 €**
- 144 Gemüse** **3,50 €**
- 145 Kinderteller** **6,50 €**

DESSERTS

- 151 Obst** **5,20 €**
Obstteller mit wechselnden Früchten je nach Angebot und Jahreszeit
- 152 Sweet Coco Banana** **4,50 €**
Gebackene Banane im Kokosraspelmantel mit Ahornsirup²
- 153 Choco Sesame Riceballs** **4,80 €**
Gebackene Reiskügelchen im Sesam-Mantel gefüllt mit dunkler Schokolade³

ALLERGENE

- 1 Soja, Sojasoße
- 2 Gluten, natürlich gebräute Sojasoße enthält Gluten unter 20ppm; Weizenballaststoffe (Weizenfasern) sind natürlich Glutenfrei
- 3 Sesam, Sesamöl
- 4 Erdnüsse
- 5 Schalenfrüchte
- 6 Sellerie

KENNZEICHNUNG

- * GVO Frei, ohne Gentechnik
- Bold** Gemüse, Zutaten von Naturkost Kontor Bremen

MINERALWASSER

	0,25 l	0,75 l
San Pellegrino	2,50 €	6,00 €
Aqua Panna, still	2,50 €	6,00 €

SÄFT

	0,20 l	0,40 l
Voelkel Apfel	2,80 €	5,00 €
Voelkel Apfel Mango	2,80 €	5,00 €
Voelkel Orange	2,80 €	5,00 €
Voelkel Pink Grapefruit	2,80 €	5,00 €
Voelkel Maracuja	2,80 €	5,00 €
Voelkel Chardonnay	2,80 €	5,00 €
Neues von Voelkel: auf Anfrage	2,80 €	5,00 €

SOFTDRINKS

	koffeinhaltig ^a /teeinhaltig ^b	
	0,33 l	
Voelkel BioZisch Rhabarber	3,00 €	
Voelkel BioZisch Natur Orange	3,00 €	
Voelkel BioZisch Himbeer Cassis	3,00 €	
Voelkel BioZisch Rosenblüte	3,00 €	
Voelkel BioZisch Bitter Lemon	3,00 €	
Voelkel BioZisch Ginger Life	3,00 €	
Voelkel BioZisch Matcha ^b	3,00 €	
Voelkel BioZisch Guaraná ^a Cola	3,00 €	
Neues von Voelkel: auf Anfrage	3,00 €	

BIERE

	0,30 l	0,40 l
Pinkus Pils vom Fass ² ??	3,50 €	4,50 €
Pinkus Mix (Alster) ²	3,50 €	4,50 €
Pinkus Alkoholfrei ²	0,33 l	3,00 €
Pinkus Malzbier Alkoholfrei ²	0,33 l	3,00 €

WEINE

	Weine enthalten Sulfite	
	0,20 l	0,75 l
Viura, weiß	4,70 €	16,50 €
Riesling, weiß	4,90 €	17,50 €
Chardonnay, weiß	5,50 €	19,50 €
Tempranillo, rot	4,70 €	16,50 €
Cabernet Sauvignon, rot	4,90 €	17,50 €
Merlot, rot	5,50 €	19,50 €
Rosé Cabernet Franc	4,70 €	16,50 €
Riesling Sekt	0,25 l	6,70 €

TEESPEZIALITÄTEN

	teeinhaltig ^b	
	0,30 l	0,70 l
Poachong (Taiwan) milder grüner Tee ^b	3,00 €	6,00 €
Jade Oolong (Taiwan) leicht fermentierter grüner Tee ^b	3,00 €	6,00 €
Oriental Beauty (Oolong Taiwan) anfermentierter grün/schwarz Tee ^b mit natürlichem Honigaroma	3,00 €	6,00 €
Rote Jade (Taiwan's neue Teesorte) hablfementierter fruchtiger schwarzer Tee ^b	3,00 €	6,00 €
Bambusblätter Tee Tee aus den feinen Blätterspitzen	3,00 €	
Ingwer Tee frischer Ingwer Tee	3,00 €	
Rosenblüten Tee mit Goji-Beeren, chin. Datteln und Zimt	3,00 €	
Maulbeeren Tee mit Mandarinenschalen und Zimt	3,00 €	

KAFFEE

	koffeinhaltig ^a	
	Tasse	
Espresso ^a	2,00 €	
Café Americano ^a	2,20 €	
Soja Natur/Vanilla Cappuccino ^a	2,70 €	
Soja Natur/Vanilla Milchkaffee ^a	3,00 €	



VEGEFARM®
RESTAURANT
very • vegan • vegetarian

VEGAN

ohne
Gentechnik

ohne
künstliche
Zusätze

ohne
Konservierungsstoffe

VEGEFARM® RESTAURANT
very • vegan • vegetarian

📍 Hamburger Str. 45-47
28 205 Bremen
☎ 0421 / 70 86 96 60



restaurant@vegefarm.de



restaurant.vegefarm.de



DI-SA: 12-23 / SO: 17-23



VEGAN

ohne
Gentechnik

ohne
künstliche
Zusätze

ohne
Konservierungsstoffe

VEGEFARM®
RESTAURANT
very • vegan • vegetarian

VEGE
steht für vegetarisch oder vegan

FARM steht für die aus SOJA, SEITAN, KONJAK-WURZEL, SHIITAKE, ALGEN und anderen natürlichen Zutaten traditionell hergestellten vegetarischen und veganen Produkte, deren Bezeichnungen verschiedenen Tierarten zugeordnet sind. Sie alle stellen hervorragende alternative Proteinquellen da.

WARUM werden die vegetarischen und veganen Gerichte nach Tierarten benannt:

Die Namensgebung hat ihren Ursprung in der buddhistischen vegetarischen oder veganen Esskultur, deren Entwicklung sich über viele Jahrhunderte zurückverfolgen lässt. Im Laufe der Zeit wurden das Verfahren und die Rezepturen zur Herstellung von vegetarischen und veganen Produkten (Fleischimitaten) stetig weiterentwickelt und verfeinert. Bis in die heutige Zeit hinein wurden die in der asiatischen Küche eingeführten Bezeichnungen aus der Tierwelt beibehalten und fanden so Eingang in die asiatische Esskultur.

Die Erkenntnis, dass eine gesunde Ernährung weit mehr noch als andere Faktoren dazu beiträgt, den Körper gesund und vital zu erhalten, findet weltweit immer mehr Anhänger und Freunde - und somit Einzug in die kulinarischen Küchen dieser Welt.

Die taiwanische Küche nach der TCM (traditionelle chinesische Medizin) trägt hierzu bei wie kaum eine Andere, denn sie macht sich die Heilkräfte der Pflanzen zunutze und bringt durch ihre Ausgewogenheit Geist, Körper und Seele in einen harmonischen Einklang. Vegetarische Gerichte spielen dabei eine große Rolle und werden in weiten Teilen Asiens gerne verzehrt.

Unsere vegetarischen oder veganen Gerichte richten sich an alle ernährungsbewussten Menschen, die Spaß am gesunden Essen haben und ihrem Körper dabei etwas Gutes tun wollen. Bei uns sollen sich überzeugte Vegetarier und Veganer ebenso wohl fühlen wie diejenigen, die hin und wieder gerne mal etwas Anderes ausprobieren wollen.

Wir möchten zudem den positiven Effekt, der von diesen Speisen ausgeht, noch verstärken, indem wir bei den Zutaten soweit wie irgend möglich auf **■■■■**-Produkte zurück greift.

Dass sich gesund und schmackhaft nicht zwangsläufig ausschließen, werden sie beim Studium unserer Speisekarte und dem Verzehr unserer mit Liebe frisch zubereiteten Speisen hoffentlich mit Freude erkennen. Dies ist unser Anliegen.

Ihr VEGEFARM Team
very vegan vegetarian!

VEGE • SUPPEN

- | | | |
|---|---|--------|
| 1 | Sweet Batata
Süßkartoffel-Suppe verfeinert mit Kokosmilch und veg. Hühner-Nuggets* (Soja-Ballaststoffe)* ¹ | 4,80 € |
| 2 | Mock Duck Suppe
Sauer-scharfe Gemüsesuppe mit veg. Ente*, Möhren, Champignons, Goji-Beeren, Bambus und Morcheln nach Art des Hauses (Weizengluten/Seitan)* ^{1,2,3} | 4,20 € |
| 3 | Veg. Shrimps-Bällchensuppe
Klare veg. Shrimps-Bällchensuppe* mit Sellerie und Koriander (Kartoffelstärke, Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)* ^{1,3,6} | 4,50 € |
| 4 | Wan Tan Suppe
Teigtaschen gefüllt mit veg. Shrimphack* in einer klaren Suppe mit Erbsenschoten (Soja-, Weizen-, Shiitake-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 4,20 € |
| 5 | Miso Suppe
Traditionelle jap. Miso-Suppe (fermentiert) mit Tofu und Wakame-Algen (Soja-, Algen-Protein) ^{1,3} | 4,20 € |

VEGE • SALATE

- | | | |
|----|---|--------|
| 11 | Gemischter Salat
mit Salat, Tomaten, Gurke, Möhren, Zwiebeln, nach taiwanischer Art und gebratenem veg. Huhn* (Soja-, Weizen-Protein)* ^{1,2,3} | 6,80 € |
| 12 | Veg. Wasabi Tuna* Salat
mit Tomaten, Gurken und Wakame-Algen in Wasabi-Sojasoßen-Dressing (Soja, Weizen-, Shiitake-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 6,20 € |
| 13 | Veg. scharfer Garnelen* Glasnudelsalat
mit Gurke, Sellerie, Möhren, Zwiebeln, gewürzt mit Chili-Knoblauch-Dressing, verfeinert mit frischem Koriander (Kartoffelstärke, Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)* ^{1,6} | 6,80 € |
| 14 | Veg. Kombu-Algen Salat
mit Kombu-Algen, veg. Schinken*, Möhren und Ingwer in Sesamöl-Dressing (Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 6,20 € |

VEGE • VORSPEISEN

- | | | |
|----|---|--------|
| 21 | Satay
Veg. Hühnchenspieße* auf Eisbergsalat mit pikanter Erdnuss-Soße (Soja-, Weizen-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3,4} | 6,20 € |
| 22 | Rice Paper Rolls
gefüllt mit marinierten veg. Hühnerscheiben*, süßes Basilikum, Gurken, Reissnudeln und Eisbergsalat sowie separater scharfer süß-saurer Soße (Soja-, Weizen-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 6,80 € |
| 23 | Crispy Wan Tan
Gebackene Wan Tan gefüllt mit veg. Shrimphack* mit süß-saurer Soße (Soja-, Weizen-, Shiitake-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 4,20 € |
| 24 | Tempura
Frittierte veg. Garnelen* und gemischtes Gemüse im Teigmantel mit Sojasoße (Kartoffelstärke, Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)* ^{1,2} | 8,50 € |

VEGE • HUHN

- | | | |
|----|--|---------|
| 31 | Veg. Coco Chicken
Zarte veg. Hühnchenscheiben* mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in Chili-Knoblauch Ingwer-Kokoscreme-Soße (Soja-, Weizen-Protein)* ^{1,2,3} | 12,30 € |
| 32 | Veg. He-Do Huhn
Geröstete veg. Hühnerscheiben* mit Paprika, Möhren, Lauchzwiebeln und Cashewkerne mit Knoblauch gewürzter fermentierter schwarzer Bohnensoße (Soja-, Weizen-Protein)* ^{1,2,3,5} | 12,30 € |
| 33 | Veg. Tsa-Za Huhn
Mariniertes veg. Hühnchen* mit Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Porree, gewürzt mit taiwansischer Tsa-Za-BBQ-Soße (Soja-, Weizen-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3,4,6} | 12,30 € |
| 34 | Veg. Curry Banana Chicken
Veg. Hühnerbrust* mit Stein-Champignons, Möhren, Süßkartoffeln und Zwiebeln in pikanter Currysoße und frischen Bananen (Soja-, Weizen-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 12,80 € |
| 35 | Veg. Peanut Chicken
Knusprige veg. Hühner-Nuggets* mit gemischtem Salat und separater Erdnuss-Soße (Soja-Ballaststoffe)* ^{1,3,4} | 12,30 € |

VEGE • ENTEN

- | | | |
|----|--|---------|
| 41 | Veg. An-Dung Ente
Knusprige veg. Entenbrust* auf Stein-Champignons und Lauchzwiebeln in Ingwer-Reiswein-Soße (Weizengluten/Seitan)* ^{1,2,3} | 12,80 € |
| 42 | Veg. Sweet'n Sour Duck
Geröstete veg. Entenbrust* auf Paksoi (chin. Grünkohl) mit separater süß-saurer Ananas-Soße (Weizengluten/Seitan)* ^{1,2,3} | 12,30 € |
| 43 | Veg. Peanut Duck
Knusprige veg. Entenbrust* auf Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in delikater Erdnuss-Soße (Weizengluten/Seitan)* ^{1,2,3,4} | 12,80 € |

VEGE • SCHWEIN

- | | | |
|----|--|---------|
| 51 | Veg. Sweet'n Sour Pork
Veg. Schweinefleisch* mit Paprika, Möhren und Zwiebeln in pikanter dunkler, süß-saurer Soße nach taiwanischer Art (Soja-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,3} | 12,30 € |
| 52 | Veg. Hung-Seau Lion's Head
Veg. Fleischklopse* mit frischen Shiitake-Pilzen, Süßkartoffeln und Möhren in Anis-Ingwer-Reiswein-Soße (Tapioka, Weizen-, Shiitake-Protein, Wasserkastanie)* ^{1,2,3} | 12,80 € |
| 53 | Veg. Black & White Peppersteak
Knusprige veg. Pfefferschnitzel* umhüllt mit schwarzem Sesam auf Spitzkohl und Zwiebeln mit schwarzer Pfeffer-Soße (Soja-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 12,80 € |

VEGE • RIND

- | | | |
|----|--|---------|
| 61 | Veg. Mango Curry
Veg. Rindfleischklöße* mit Möhren, Paprika, Zwiebeln und frischen Mangos mit Knoblauch gewürzter Curry-Kokos-Soße (Soja-, Weizen-, Shiitake-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 12,80 € |
| 62 | Veg. Hot Bean Steak
Gebratenes veg. Rindfleischsteak* auf Sellerie, Paprika und Möhren in scharfer fermentierter Bohnensoße mit gerösteten Cashewkerne (Soja-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3,5,6} | 12,80 € |

VEGE • LAMM

- | | | |
|----|---|---------|
| 71 | Veg. How-Yo Lamm
Veg. Lammfleisch* gebraten mit Brokkoli, Zwiebeln und süßem Baillikum mit Knoblauch gewürzter Austernpilzsoße (Soja-, Weizen-, Shiitake-Protein)* ^{1,2,3} | 12,30 € |
| 72 | Veg. Goji-Plum Lamm
Veg. Lammfilet* auf zarten grünen Bohnen mit Goji-Beeren, delikater Ume-Pflaumensoße und kandierten Walnüssen (Soja-, Shiitake-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,3,5} | 12,80 € |

VEGE • FISCH

- | | | |
|----|---|---------|
| 81 | Veg. Drunken Halibut
Veg. Heilbuttsteak* mit frischen Shiitake-Pilzen, Möhren, Lauch und Ingwer in dunkler Reisweinsoße (Soja-, Shiitake-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe, Nori-Algen)* ^{1,3} | 12,80 € |
| 82 | Veg. Sesam-Lachssteak
Veg. Lachs* im hellen Sesam-Mantel auf Stein-Champignons, Möhren und Zwiebeln mit Knoblauch gewürzter Curry-Soße (Soja-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe, Tapioka, Nori-Algen)* ^{1,3} | 12,80 € |
| 83 | Veg. Chili-Coco Tuna
Veg. Thunfisch* mit gebratenen grünen Bohnen in Chili-Kokos-Tamarinden-Paste (Soja-Protein, Nori-Algen)* ¹ | 14,20 € |
| 84 | Veg. Ming-Du Aal*
gebraten mit Erbsenschoten, Möhren und frischen Shiitake-Pilzen in pikanter dunkler, süß-saurer Soße (Soja-Protein, Soja-, Weizen-Ballaststoffe, Sesam, Nori-Algen)* ^{1,3} | 12,80 € |

VEGE • SHRIMPS

- | | | |
|----|--|---------|
| 91 | Veg. Fruity Curry Shrimps*
mit Mango, Ananas und Banane in Curry-Kokos-Creme, verfeinert mit kandierten Walnüssen (Kartoffelstärke, Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)* ^{1,3,5} | 12,80 € |
| 92 | Veg. Chili Tamarinden Garnelen
Veg. Garnelen* gebraten mit grünen Bohnen in Chili-Tamarinden-Soße, bestreut mit frischem Koriander (Kartoffelstärke, Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)* ^{1,2,3} | 12,80 € |

VEGE • TINTENFISCH

- | | | |
|-----|--|---------|
| 101 | Veg. How-Yo Tinti
Gebratener veg. Tintenfisch* mit Bohnen, Möhren, Zwiebeln und süßem Basilikum in Knoblauch gewürzter Austernpilzsoße (Konjak, Soja-, Shiitake-Protein)* ^{1,2,3} | 12,80 € |
| 102 | Veg. Red-Thai-Curry Tintenfischringe
Knusprige veg. Tintenfischringe* gebraten mit Paprika, Möhren, Zwiebeln und süßem Basilikum in scharfem rotem Thai-Curry (Konjak, Johannisbrotkernmehl, Süßkartoffelmehl, Algenextrakt, Weizen-Protein)* ^{1,2} | 12,80 € |

VEGE • BRATREIS

- | | | |
|-----|---|---------|
| 111 | Bratreis mit veg. Ente
Gebratener Reis mit veg. Ente*, Paksoi, Möhren und Zwiebeln, gewürzt mit chin. 5-Gewürze-Mischung (Anis, Fenchel, Pfeffer, Zimt und Ingwer) (Weizengluten/Seitan)* ^{1,2,3} | 11,80 € |
| 112 | How-Yo Bratreis mit Veg. Schweinefleisch
Mit veg. Austernpilzsoße abgeschmeckter gebratener Reis mit veg. Schweinefleisch*, Spitzkohl, Möhren und Zwiebeln (Soja-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 11,80 € |

VEGE • NUDELSUPPEN

- | | | |
|-----|---|---------|
| 121 | Dang Gui Udon Nudelsuppe
Jap. Udon-Nudelsuppe (Weizen, Tapioka) mit Paksoi (chin. Grünkohl), frischen Shiitake-Pilze, Möhren, Dang Gui (chin. Engelwurz) und veg. Shrimpsbällchen* (Konjak, Algenextrakt, Weizen-Ballaststoffe, Soja-Protein)* ^{1,2,3} | 11,60 € |
| 122 | Kimchi Udon Nudelsuppe
Scharfe Udon-Nudelsuppe (Weizen, Tapioka) mit fermentierter scharfer Kimchi (Chinakohl), Porree, Tofu, Goji-Beeren und veg. Lammfilet* (Soja-, Shiitake-Protein, Soja-Ballaststoffe)* ^{1,2,3} | 11,60 € |