



UNSERE BOWLS



UNTERSTÜTZEN DICH IM ALLTAG MIT ENERGIE UND GESUNDEN NÄHRSTOFFEN.
SIE MACHEN DICH NICHT NUR FIT, SONDERN EINFACH NUR GLÜCKLICH.

WIR NEHMEN FRISCHE, ROHE ODER GEKOCHETE, VIELE BIO PRODUKTE, VEGETARISCHE,
VEGANE SAISONELLE UND REGIONALE ZUTATEN UND KOMBINIEREN SIE MIT SUPERFOODS.
WIR VERZICHTEN, SO GUT ES GEHT, AUF GESCHMACKSVERSTÄRKER, KONSERVIERUNGSTOFFE,
FETT UND E-NUMMERN. SOWIE PLASTIKVERPACKUNGEN.

DAS ERGEBNIS SIND UNSERE GROßARTIGEN, LECKEREN BOWLS.

GENIEßE DEINE BOWL.
GENIEßE DEIN LEBEN.



FANCY'S WOCHENKARTE

MONTAG: PAELLA BOWL

AUF BLATTSALAT, REIS, PAPRIKA, ERBSEN, TOMATEN, ROMANOBOHNEN, SEELACHS-FILETSTÜCKE, MEERESFRÜCHTE, HÄHNCHENBRUSTFLEISCH, KURKUMA, OLIVENÖL-KRÄUTER, VERFEINERT MIT SAFRAN, LIMETTE, SESAM

9,50 €



DIENSTAG: SCHWABEN BOWL

BLATTSALAT, KAROTTEN, TOMATEN, GURKEN, KARTOFFELSALAT, GEMÜSE MAULTASCHEN, RÖSTZWIEBELN, PETERSILIE, SESAM, MIT JOGHURT ODER KRÄUTER DRESSING

8,50 €

EXTRA MAULTASCHEN +2,00 €



MITTWOCH: BROKKOLISALAT BOWL



BLATTSALAT, BROKKOLI, KICHERERBSEN, MAIS, TOMATEN, GURKEN, MANDELN, WALNÜSSE, CHIA-SAMEN, GRANATAPFELKERNE, SESAM

SOÛSE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, SOJA, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, BALSAMICO, GRANATAPFEL DRESSING



CURRY MANGO, JOGHURT-KRÄUTER, HONIG SNEF

8,50 €

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELN + 2,00 €



DONNERSTAG: QUINOA MIX BOWL



BLATTSALAT, BIO-QUINOA, TOMATEN, GURKEN, SÜßKARTOFFELN, KICHERERBSEN, PAPRIKA, EDAMAME, INGWER, BIO-HANFSAMEN, GOJIBEEREN, SESAM

SOÛSE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, SOJA, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER



CURRY MANGO, JOGHURT-KRÄUTER

9,90 €

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELN + 2,00 €



FREITAG: ZANDER BOWL

REIS ODER BULGUR, BLATTSALAT, TOMATEN, GURKEN, KAROTTEN, KARTOFFELSALAT, ZANDER IM BIERTEIG, ALFALFA-SPROSSEN, FRÜHLINGSZWIEBELN, PETERSILIE, REMOULADE, SESAM

9,90 €

EXTRA FISCH + 2,00 €



SAMSTAG: ORIENTALISCHE BULGURSALAT BOWL

BLATTSALAT, TOMATEN, GURKEN, KICHERERBSEN, MAIS, MINZE, KURKUMA, OLIVENÖL-KRÄUTER, WEICHKÄSE(KUHMILCH), LEMON SQUASH, GRANATAPFELKERNE, SESAM

8,50 €

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELN + 2,00 €

FANCY 'S MEAT BOWLS

CHICK 'N TERIYAKI BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, TOMATEN, ZUCCHINI NOODLES,
GERÖSTETE ZWIEBELN, CHICK 'N TERIYAKI STICKS, CRANBERRIES, CHIA-SAMEN, SESAM

9,00 €

SOBE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, CURRY MANGO, BARBECUE, HOISIN, SOJA, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, HONIG-SENF

ALS FLEISCHERSATZ: BIO-TOFU, GEMÜSE-MIX ODER GEMÜSEKÖTTBULLAR OHNE AUFPREIS

EXTRA FLEISCH + 2,00 €

EXTRA SOBE ODER TOPPING + 0,50 €



MY THAI BOWL

REIS ODER BULGUR, ZARTE HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN, EDAMAME, CASHEWNÜSSE, SESAM,
ASIA GEMÜSE-MIX (PAPRIKA, WEIßKOHL, BAMBUSSPROSSEN, KAROTTEN, BLACK FUNGUS, PORREE, MUNGBOHNENKEIMLINGE, KAISERSCHOTTEN),
MIT SELBSTGEMACHTER CURRY-KOKOS-SOBE VERFEINERT MIT ZITRUS UND KORIANDER

9,50 €

ALS FLEISCHERSATZ: BIO-TOFU ODER GEMÜSEKÖTTBULLAR OHNE AUFPREIS

EXTRA FLEISCH + 2,00 €



MEDITERRAN BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, GURKEN, ERBSENCREME, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN,
GEMÜSEMIX (PAPRIKA, ZUCCHINI, AUBERGINE, TOMATE), OLIVEN, FETAKÄSE MIT HONIG, MIT OLIVENÖL UND KRÄUTERN

9,50 €

ALS FLEISCHERSATZ: BIO-TOFU, GEMÜSE-MIX ODER GEMÜSEKÖTTBULLAR OHNE AUFPREIS

EXTRA FLEISCH + 2,00 €

EXTRA SOBE ODER TOPPING + 0,50 €



BUDDHA BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, TOMATEN, GURKE, HUMUS,
CHICK 'N COCONUT FINGERS, GRANATAPFELKERNE, KOKOSCHIPS, WALNÜSSE, SESAM

8,50 €

SOBE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, CURRY MANGO, BARBECUE, HOISIN, SOJA, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, HONIG-SENF

ALS FLEISCHERSATZ: BIO-TOFU, GEMÜSE-MIX ODER GEMÜSEKÖTTBULLAR OHNE AUFPREIS

EXTRA FLEISCH + 2,00 €

EXTRA SOBE ODER TOPPING + 0,50 €



BURRITO BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, TOMATEN, MAIS, BOHNEN, LEMON-CHILLI-BEEF TOPPING,
MOZZARELLA, TORTILLA CHIPS, CHUNKY SALSA, JALAPENOS, LIMETTE, SOUR CREAM, SESAM

9,50 €

ALS FLEISCHERSATZ: BIO-TOFU, GEMÜSE-MIX ODER GEMÜSEKÖTTBULLAR OHNE AUFPREIS

EXTRA BEEF + 2,00 €

EXTRA SOBE ODER TOPPING + 0,50 €

FANCY 'S VEGGIE/VEGAN BOWLS

GRÜNE POWER BOWL



REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, GURKEN, ZUCCHINI NOODLES, AVOCADOCREME, BROKKOLI, ROSENKOHL, EDAMAME, ERBSENPÜREE, KÜRBISKERNE, CHIA-SAMEN, GOJIBEEREN, SESAM

9,70 €

SOÛE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, SOJA, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, HOISIN
CURRY MANGO, CURRY KOKOS *PIKANT*, HONIG-SENF, JOGHURT-KRÄUTER



MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELEN +2,00 €

EXTRA SOÛE ODER TOPPING + 0,50 €



VEGGIE BOWL



REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, OFENGEMÜSE (PAPRIKA, ZUCCHINI, AUBERGINE, TOMATEN), MAIS, EDAMAME, SONNENBLUMENKERNE, KÜRBISKERNE, CHIA-SAMEN, SESAM

8,00 €

SOÛE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, SOJA, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, HOISIN
CURRY MANGO, CURRY KOKOS *PIKANT*, HONIG-SENF, JOGHURT-KRÄUTER



MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELEN +2,00 €

EXTRA SOÛE ODER TOPPING + 0,50 €

FANCY 'S FISH BOWLS

HAWAIIAN POKÉ BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, GURKE, ALFALFA-SPROSSEN, FRÜHLINGSZWIEBELN, EDAMAME, AVOCADOCREME, LACHSWÜRFELN (ROH), LIMETTE, SESAM, WASABI NACH WUNSCH

9,70 €

SOÛE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, SOJA, CURRY MANGO, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, HOISIN, HONIG-SENF

EXTRA FISCH + 2,00 €

ALS FISCHERSATZ: BIO-TOFU, GEMÜSE-MIX ODER GEMÜSEKÖTTBULLAR OHNE AUFPREIS

EXTRA SOÛE ODER TOPPING + 0,50 €



LOLLIPOP BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, ALFALFA-SPROSSEN, MAIS, FRÜHLINGSZWIEBELN, AVOCADOCREME, ZITRONENGAS STICKS (MIT GARNELEN-GEMÜSE-FÜLLUNG), LIMETTE, SESAM

9,50 €

SOÛE NACH WAHL: SESAM, TERIYAKI, SOJA, CURRY MANGO, MISO, OLIVENÖL-KRÄUTER, HOISIN

EXTRA ZITRONENGASSTICKS +2,00 €

FANCY 'S SALAD BOWLS

GOOD LIFE BOWL

BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, ZUCCHINI NOODLES, SÜßKARTOFFELCREME, ROTE BETE, MUNGBOHNENKEIMLINGE, GEMÜSE KÖTTBULLAR, CRANBERRIES, ERDNÜSSE, CHIA-SAMEN, SESAM

9,00 €

SOßE NACH WAHL: JOGHURT-KRÄUTER, ITALIAN DRESSING, BALSAMICO, HONIG-SENF, OLIVENÖL-KRÄUTER, GRANATAPFEL DRESSING, SESAM, TERIYAKI, CURRY MANGO

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELEN **+2,00 €**

EXTRA SOßE ODER TOPPING **+ 0,50 €**



SALAD BOWL

BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, ZUCCHINI NOODLES, TOMATEN, GURKEN, MAIS, BROTWÜRFELN, MANDELN, LEINSAMEN, GRANATAPFELKERNE, SESAM

7,00 €

SOßE NACH WAHL: JOGHURT-KRÄUTER, ITALIAN DRESSING, BALSAMICO, HONIG-SENF, OLIVENÖL-KRÄUTER, GRANATAPFEL DRESSING, SESAM, CURRY MANGO

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELEN **+2,00 €**

EXTRA SOßE ODER TOPPING **+ 0,50 €**



DIE SPINAT BOWL

BIO BABYSPINAT, ROTKRAUT, KAROTTEN, KICHERERBSEN, TOMATEN, GRANA PADANO, QUINOA POPS, SONNENBLUMENKERNE, KÜRBISKERNE, SESAM, BALSAMICO, HONIG, ROGGENVOLLKORNKNÄCKE

9,00 €

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELEN **+2,00 €**

EXTRA SOßE ODER TOPPING **+ 0,50 €**



DETOX BOWL

BABY LEAF SALAT, ARTISCHOCKEN, ROTKRAUT, GURKEN, KAROTTEN, ROTE BETE, PETERSILIE, AMARANTH POPS, FRÜHLINGSZWIEBELN, LEINSAMEN, CRANBERRIES

9,00 €

SOßE NACH WAHL: JOGHURT-KRÄUTER, ITALIAN DRESSING, BALSAMICO, HONIG-SENF, OLIVENÖL-KRÄUTER, GRANATAPFEL DRESSING, CURRY MANGO

MIT PROTEIN NACH WAHL:

BIO TOFU, HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN ODER GARNELEN **+2,00 €**

EXTRA SOßE ODER TOPPING **+ 0,50 €**

SPECIAL BOWLS

GRILL BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, KAROTTEN, GURKEN, MAIS,
GEGRILLTE ZUCCHINI, PAPRIKA UND AUBERGINE,
GEGRILLTES MARINIERTES CHIK 'N STEAK, SOUR CREAM, SESAM

12,50 €

SOßE NACH WAHL: BARBECUE, CURRY MANGO, HONIG-SENF, TERIYAKI,
JOGHURT-KRÄUTER

*ALS FLEISCHERSATZ: GEGRILLTE BIO TOFU OHNE AUFPREIS
EXTRA FLEISCH + 2,00 €*



BEEF TERIYAKI BOWL

REIS ODER BULGUR, BABY LEAF SALAT, ROTKRAUT, KAROTTEN,
MUNGOBOHNENSPROSSEN, ZUCKERSCHOTEN, PAPRIKA, RINDFLEISCHSTREIFEN,
FRÜHLINGSZWIEBELN, SESAM

12,90 €

EXTRA BEEF + 2,00 €



SUSHI TÖRTCHEN

DU HAST DIE WAHL ZWISCHEN:
LACHS, THUNFISCH ODER GARNELEN
6,90 €

VEGAN MIT HUMUS, KAROTTEN, GURKEN, ROTE BETE
6,00 €

SUSHI TORTE FAMILY/PARTY

(FÜR 8–12 PERSONEN)

WAHLWEISE MIT LACHS, THUNFISCH, GARNELEN ODER GEMISCHT
45,00 €

VEGAN MIT HUMUS, KAROTTEN, GURKEN, ROTE BETE, AVOCADO
39,00 €

SUSHI TORTE FAMILY/PARTY NUR AUF VORBESTELLUNG!





SÜß UND GESUND

AÇAÍ BOWL

AÇAÍ PÜREE, ERDBEEREN, HEIDELBEEREN, DATTELN, BANANE, KOKOSMUS

*

OCEAN BOWL

BANANE, ANANAS, ZUCCHINI, MANGO, DATTELN, KOKOSMUS, BASILIKUM, SPIRULINA

*

TROPICAL BOWL

MANGO, MARACUJA, BLUMENKOHL, DATTELN, KOKOSMUS

*

DRAGON BOWL

ROTE DRACHENFRUCHT, BANANE, MANGO, PASSIONFRUCHT, DATTELN, INGWER

*

OAT HAFER BOWL

BIO HAFERCREME MIT HEIDELBEEREN

*

OAT HAFER MÜSLI BOWL

BIO HAFERCREME MIT MÜSLI UND APFEL

*

MANDEL BOWL

BIO MANDELCREME MIT HIMBEEREN

MIT 3 TOPPINGS 6,90 €

MIT 5 TOPPINGS 7,50 €

TOPPINGS NACH WAHL:

CRUNCHY MÜSLI, VOLLKORN-HAFER-FLOCKEN (GLUTENFREI), CRANBERRIES, GRANATAPFELKERNE, KOKOSCHIPS, HONIG, MANDELN, ERDNÜSSE, WALNÜSSE, KÜRBISKERNE, SONNENBLUMENKERNE, CHIA-SAMEN, LEINSAMEN, ZARTBITTER SCHOKORASPELN, FRÜCHTE NACH WAHL



DRINKS

AFRI COLA^{1,2}
AFRI COLA LIGHT^{1,2,3}
BLUNA¹
BLUNA MIX^{1,2}
0,33L 2,90 €

SPRITZER MARACUJA¹
SPRITZER JOHANNISBEER
SPRITZER CITRUS—INGWER
APFELSCHORLE NATURTRÜB
BURKHARDT EISTEE PFIRSICH²
BURKHARDT EISTEE ZITRONE²
0,33L 2,90 €

FÜRSTENBERG RADLER 0,0%
FÜRSTENBERG BIER 0,0%
0,33L 2,90 €

ENSINGER GOURMET BIO—MINERALWASSER MEDIUM
ENSINGER GOURMET BIO—MINERALWASSER STILL
0,25L 2,30 €



*1: FARBSTOFF *2: KOFFEINHALTIG *3: SÜßUNGSMITTEL