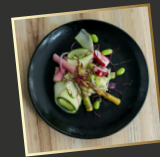


# LASH

Low Carb and Fresh

Liebe Gäste, wir verwenden hochwertige proteinreiche glutenfreie Bio Zutaten, die einen hohen Nährwert haben und sich daher im oberen Preissegment befinden.

## Starter



<b>Edamame Hummus mit Mixed Pickles<sup>f,k</sup></b> (vegan).....	4,90€
<b>Edamame<sup>f</sup></b> (grüne Sojabohnen).....	3,90€
(Natur, mit Chili o. Salz)	
+ Dip nach Wahl: Erdnuss-Chili oder Spicy Mango (vegan).....	1,00€



## Steakstone

(Alle Steaks inkl. einer Beilage)

Unsere  
Empfehlung

<b>Hüftsteak 200g / 250g</b> .....	22,90 / 26,90€
<b>Filetsteak 200g / 250g</b> .....	28,90 / 32,90€

+ jede weitere Beilage

<b>Side Salad<sup>f,g,k</sup></b> .....	3,95€
<b>Pastinaken Püree<sup>a</sup></b> .....	3,95€
<b>Sweet Potato Mash<sup>a</sup></b> .....	3,95€

\*Low Carb Pasta  
(Black Bean Noodles:  
Glutenfrei, Vegan)

## Lo'ké Bowl



(Beliebige Basis: Blumenkohlreis, Low Carb Pasta\* +1 € oder Quinoa + Dressing nach Wahl)

<b>LASH Lo'ké Bowl<sup>f,g,k</sup></b> (marinierter Sashimi Lachs, Edamame, Avocado, Rüben, Blattsalat).....	13,90€
<b>Vegan Bowl<sup>f,h1</sup></b> (geschmorter Salbei-Kürbis, Avocado mit Mandelkruste, Edamame, Rüben, Blattsalat).....	12,90€
<b>Dragon Bowl<sup>f,g,k</sup></b> (marinierter Sashimi Lachs, Drachenfrucht, Papaya, Koriander, Blattsalat).....	13,90€
<b>Steak Bowl</b> (Hüftsteak, Sweet Potato Mash <sup>a</sup> , Tomatenmix, Koriander, Blattsalat).....	14,90€
<b>Chicken Bowl</b> (Chipotle Chicken, Papaya Mix, Guacamole, Blattsalat).....	12,90€
<b>Kids Bowl + Malbuch</b> (Low Carb Pasta, Chicken, Tomatensauce).....	7,90€

Dressing:  
Soya Sesam oder  
Erdnuss Chili?



## Tacos

(Cheese Tacos)

<b>1 oder 3 Steak Tacos<sup>a</sup></b> (Hüftsteak, Sweet Potato Mash, Tomatenmix, Koriander).....	5,00 / 13,90€
<b>1 oder 3 Chicken Tacos<sup>a</sup></b> (Chipotle Chicken, Papaya Mix (laktosefrei)).....	4,50 / 11,90€

+ Dip nach Wahl: Sour Cream<sup>a</sup>, Spicy Mango oder Guacamole.....1,00€

# LASH

Low Carb and Fresh

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass sämtliche Speisen frisch zubereitet werden und es deshalb gelegentlich zu Wartezeiten kommen kann.

## Bread & Breakfast

(Samstag und Sonntag von 12-16 Uhr)

Avocado, Frischkäse & Ei (auf Eiweißbrot mit Salat <sup>a,f,g,k</sup> ).....	4,90€
Thunfisch Creme <sup>a</sup> (auf Eiweißbrot mit Salat <sup>f,g,k</sup> ).....	3,90€
Rote Beete Creme <sup>h</sup> (auf Eiweißbrot mit Salat <sup>f,g,k</sup> ).....	3,90€
LASH Frühstück <sup>a,h</sup> (Brotkorb, Thunfischcreme, Rote Beete Creme, Rührei und Salat <sup>f,g,k</sup> ).....	8,90€
Blaubeer Skyr <sup>a,1</sup> .....	3,90€

Breakfastdeal 9,90 €



## Burger

Lachsburger <sup>a,c,h1</sup> (Lachspatty, Guacamole, Frischkäse, rote Zwiebeln, Koriander, Blattsalat).....	8,90€
Lachsburger <sup>a,c,h1</sup> mit Edamame <sup>f</sup> (grüne Sojabohnen).....	12,50€

+ Dip nach Wahl: Erdnuss-Chili oder Spicy Mango, jeder weitere Dip 1 €

## Soup

Gelbe Beete Kokos <sup>i</sup> (vegan).....	7,90€
Pastinaken <sup>h,i</sup> (vegan).....	7,90€

Dressing:  
Skyr oder  
Soya Sesam<sup>f,g,k</sup>

## Salads



LASH Rainbow Salad (wahlweise vegan, mit Hähnchen- oder Steakstreifen).....	10,90 / 12,90 / 13,90€
Urban Salmon (gegrillter Lachs, Quinoa, Blattsalat, Kürbiskerne).....	13,90€

### DIE KENNZEICHNUNG DER ALLERGENE UND ZUSATZSTOFFE

Sämtliche Hauptspeisen werden frisch zubereitet und sind frei von Zusatzstoffen!

#### Allergene:

a) Milch, b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Soja,  
g) glutenhaltig, h) Schalenfrüchte, h1) Mandeln, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen,  
l) Sulfite, m) Lupinen

#### Zusatzstoffe:

1) Süßungsmittel, 2) mit Konservierungsstoff