

# Was brauchst du, um zu SEIN?

1 Portion HELD:INNEN pro Person und  
1-2 VERFÜHRUNGEN zum Teilen sind für heute ein  
guter Anfang.

## HELD:INNEN DES SEIN

### SCHWIEGERMAMA

hausgemachtes Fladenbrot |  
pflanzlicher Schwiiegermutterkäse |  
Cajun Räuchertofu | Sivri Biber

CHF 26.00

### NEUE TRADITION

Knödel | Kürbiskerne | Kartoffel  
Espuma | geräucherter Wirsing |

CHF 26.00

### BÁNH XÈO 2.0

Reis Crêpe | Myzel Ente | Umami  
Majo | Grünes & Eingelegtes

CHF 26.00

### DER STRUDEL

Birne | Vanille Sauce | Tannengold |  
Steirisches Öl

CHF 26.00

## VERFÜHRUNGEN

### FLORAS HELD

das Beste aus  
einem Gemüse |  
Labneh |  
Knusper

CHF 17.00

### CRÊPE D'ORIENT

rote Linse | Raita  
Tempeh | Kräuter

CHF 19.00

### VERFÜHRT

Extra Vergine  
Joghurt | Kom-  
pott der Saison |  
Granola

CHF 16.00

### WALDGRUSS

Saatenbrot |  
Pilzpaté | Fei-  
gensenf | Wie-  
senkräuter

CHF 17.00

### OKINAWA TATAR

Pflanzentatar |  
Umami Majo |  
Gemüse Chips

CHF 19.00

### + DEMETER EI

Wachsei (6min)  
ODER  
Omelette

CHF 6.00

## VITAMINE

IMMUN BOOSTER SHOT saisonal   2cl	CHF 3.00
KALTGEPRESSTER SAFT saisonal   20cl	CHF 9.00
FRISCHER ZITRUSSAFT saisonal   20cl	CHF 8.50

## ERFRISCHT

DETOX SODA saisonal   30cl	CHF 6.00
HAUSEISTEE saisonal   30cl	CHF 6.00
SCHORLE saisonal   33cl	CHF 6.00
URBAN LEMONADE YUZU   33cl	CHF 7.00
MINERAL MIT   50cl	CHF 6.00
„NUR HAHNEWASSER“ à discrétion	CHF 3.00

## WACHMACHER

KAFFEE, Miró   Zürich	
ESPRESSO   DOPPIO	CHF 5.00   6.00
+ Macchiato	+ CHF 0.50
AMERICANO	CHF 6.00
CAPPUCCINO	CHF 6.50
FLAT WHITE	CHF 7.00
CHAI LATTE   DIRTY, Premsoul   Zürich	CHF 7.50   8.50
MATCHA, Matcha & Friends   Zürich	
LATTE	CHF 8.00
ICED COCONUT MATCHA	CHF 9.00
HEISSE SCHOGGI   DIRTY, Löw Delights   Zürich	CHF 7.50   8.50
ROHKAKAO, „Las Marias“   Guatemala	CHF 9.00
TEEKANNE   Verveine, Rooibos, Kräuter, Jasmin, Earl Grey Blue Flower, Hibiskus, Teelabor   Winter- thur	CHF 8.00
UNSERE MILCH   Erbse als Standard, Hafer auf Wunsch, Kuh gegen Aufpreis	+CHF 1.00

## SCHAUM

MIMOSA DELUXE

CHF 18.00

Champagner, frischer O-Saft | 1dl

CHAMPAGNER 1dl | Flasche 75cl

CHF 16.00 | 89.00

## WEIN & BIER

WEISS Gemischter Satz. Müller-Thurgau, Riesling,  
grüner Veltliner. Baumgartner, Österreich.

CHF 11.00 | 56.00

ROT Gemei. Merlot, Cabernet Sauvignon, Corvina.  
Otella, Italien.

CHF 11.00 | 54.00

Augustinerbräu Lager Hell | 50cl

CHF 8.50

Paul IPA | 33cl

CHF 7.00

Quöllfrisch alkoholfrei | 33cl

CHF 7.00

# IN SAISON

## IMMUN BOOSTER SHOT

Grüner Kaltgepresster + Brennessel

## KALTGEPRESSTER SAFT

Gurke, Grüner Apfel, Ingwer, Zitrus

## FRISCHER ZITRUSSAFT

Orange

## DETOX SODA

Gurke, Limette, Mineralwasser

## HAUSEISTEE

Early Grey Blue Flower, Apfel, Zitrone

## SCHORLE

Rhabarber

## UNSERE MISSION

Essen ist Macht, wenn gewählt mit Bedacht.

Unsere Mission ist es, pflanzenbasierte Küche auf höchstem kulinarischem Niveau erlebbar zu machen. Wir sind überzeugt, dass in pflanzlichen Zutaten alles steckt, was es für vollendeten Geschmack, Tiefe und Raffinesse braucht – und genau daraus schaffen wir Aussergewöhnliches.

Wo wir selektiv und ergänzend Tierisches anbieten, geschieht dies nicht aus ideologischen Gründen, sondern aus gastgeberischer Haltung: als Brücke für alle, die sich der rein pflanzlichen Küche behutsam nähern möchten.

Unser Ziel ist es, Vorbehalte durch Genuss zu ersetzen – und zu zeigen, dass wahrer Geschmack keine Dogmen braucht.

## FOOD CREDO

Wir glauben an die Kraft der pflanzenbasierten Kulinarik, an echtes Handwerk und an regionale Wertschöpfung. Unsere Küche gründet auf Schweizer Ursorten, auf saisonalen Rohstoffen und auf der engen Zusammenarbeit mit kleinen Produzent:innen, die mit Sorgfalt und Hingabe arbeiten.

Was wir verarbeiten, wählen wir bewusst – im Rhythmus der Natur. Zutaten, Sorten und Kompositionen dürfen sich täglich und saisonal verändern. Beständig bleibt unser Anspruch: kompromisslose Qualität, Authentizität und Respekt gegenüber Produkt, Mensch und Herkunft.

# DEKLARATIONEN & ALLERGENE

BROT, hausgemacht oder aus der Schweiz

EI, Demeter Bauernhöfe mit Bruderhahn Aufzucht

KUHMILCH, Demeter Vollmilch

Zu Allergenen geben wir gerne persönlich Auskunft.