

ALTID FRESH

MENUKORT

BUDDHA BOWL

BOWLS

Chicken 109,- / 129,-

Vælg ml. chipotle-marineret kylling eller neutral kylling, bulgur*, gulerod, syltede rødløg, edamamebønner & avocado. Dressing: goma & chillimayo. Toppet med forårsløg og sesamfrø. **Indeholder gluten.**
* Fravælg bulgur og få blomkålsris for glutenfri bowl.
Kcal 416 / 706

Teriyaki chicken 109,- / 129,-

Teriyaki-marineret kylling, ris, sukkerærter, edamamebønner, rød spidskål & avocado. Dressing: goma. Toppet med ristede cashewnødder, forårsløg og sesamfrø. **Indeholder gluten.**
Kcal 505 / 797

Sushi 119,- / 139,-

Fersk ASC-certificeret laks, ris, gulerod, syltede ingefær, tangsalat & avocado. Dressing: wasabimayo. Toppet med knust tangchips*, forårsløg og sesamfrø. **Indeholder rå fisk og gluten.**
* Fravælg tangchips for glutenfri bowl.
Kcal 425 / 580

Beef 109,- / 129,- Glutenfri

Marineret økologisk okse, blomkålsris, rød spidskål, sukkerærter, salsa & avocado. Dressing: chillimayo. Toppet med forårsløg og sesamfrø.
Kcal 281 / 487

Teriyaki tofu 99,- / 119,- Vegansk

Chimichurris & marineret tofu, gulerod, sukkerærter, salsa & avocado. Dressing: teriyaki*. Toppet med forårsløg og sesamfrø. **Indeholder gluten.**
*Fravælg teriyaki-dressing for glutenfri bowl.
Kcal 265 / 442

Beyond 109,- / 129,- Vegetarisk

Beyond Meat, bulgur, rød spidskål, gulerod & edamamebønner. Dressing: teriyaki & chillimayo. Toppet med cashewnødder, koriander og frisk chili. **Indeholder gluten.**
Kcal 466 / 886

Spicy falafel 109,-/129,- Vegetarisk

Ovnbagt spicy falafel, ris, syltede rødløg, edamamebønner, rød spidskål, salsa & avocado. Dressing: chillimayo. Toppet med forårsløg & sesamfrø. **Indeholder gluten.**
Kcal 553 / 777

Salmon 109,- / 129,- Glutenfri

Fersk ASC-certificeret laks, blomkålsris, rød spidskål, hytteost, tangsalat & avocado. Dressing: goma & chillimayo. Toppet med forårsløg og sesamfrø. **Indeholder rå fisk.**
Kcal 335 / 522

Duck 109,- / 129,- Glutenfri

Confiteret and, ris, edamamebønner, syltet rød spidskål, salsa & avocado. Dressing: goma og chillimayo. Toppet med forårsløg & sesamfrø.
Kcal 426 / 583

HOT BOWLS

Mexi 109,- / 129,- Glutenfri

Vælg ml. kylling neutral, chipotle kylling, marineret okse, marineret tofu eller Beyond Meat. Ris, kidney- og smørbønner kogt i mexikanske krydderier. Toppet med salsa, fajitas-peber, avocodocreme og sesam. **Chipotle chicken Kcal 324 / 443**
Okse Kcal 345 / 561
Tofu Kcal 317 / 513
Beyond meat Kcal 460 / 643

Chickpea curry 109,- / 129,- Glutenfri og laktosefri

Tilføj kylling +10,-
Ris, kikærter i karry. Toppet med koriander, frisk chili, mynteskyr og ristede cashewnødder.
Kcal 410 / 648

FRESH DEALS

Er du fresh på en god deal? Så vælg en af vores populære menuer, hvor du både får bowl & drikke til en skarp pris.

Bowl menu 139,- / 159,- SPAR 20,-

I valgfri bowl, vælg ml. kylling, teriyaki-kylling eller teriyaki-tofu. I valgfri empanada med dip
I vand. Vælg lemonade/saft +10,- el. øl/vin +15,-
Salmon, beef, Beyond, sushi, spicy falafel, duck eller hot bowls +10,-

Bowl & juice fra 139,-

Vælg mellem kylling, teriyaki-kylling eller teriyaki tofu
Valg af andre bowls inkl. hot bowls +10kr.
Vælg energizer juice el. spicy juice
Valg af vitamin juice og healthy juice +10kr.

MY BOWL

Byg din egen lille eller standard bowl med eller uden protein.

Med protein 109,- / 129,-

Tilføj laks eller Beyond Meat +10,-
Uden protein 69,- / 89,-

Vælg 1

BASE

Ris, blomkålsris, bulgur el. chimichurris.

Vælg 3

ekstra +10,-

GRØNT

Sukkerærter, rød spidskål, gulerod, edamamebønner, syltede rødløg, broccoli, syltede rød spidskål el. tangsalat.

Vælg 1

ekstra +15,-

PREMIUM

Avocado, hytteost, fajitas-peber, salsa el. syltet ingefær.

Vælg 1

ekstra 30 g. +30,-

PROTEIN

Chipotle-kylling, neutral kylling, teriyaki-kylling, marineret okse, marineret tofu, Beyond Meat el. laks.

Vælg 2

ekstra +10,-

DRESSING

Goma, chillimayo, teriyaki, sriracha-chili, wasabimayo, spicy soya el. soya. Avocodocreme +5 kr

Vælg 2

ekstra + 7,-

TOPPING

Sesamfrø, forårsløg, koriander, persille, ristede cashewnødder, knust tangchips, ristede mandler, granatæblekerner el. frisk chili.

CHILDREN

Børnebowl m. 4 nuggets 59,-

Vegansk Ris, edamamebønner og gulerod.

Børnebowl m. kylling 59,-

Ris, edamamebønner, gulerod og kylling neutral.

MORGENMAD

FRESH DEAL

Morgen menu 149,-

I valgfri breakfast- eller smoothiebowl
I valgfri friskpresset juice
I filterkaffe eller te
(vælg specialkaffe eller smoothie +10)

Grød 69,- Vegansk

Lavet på havregryn og havredrik. Toppet med granatæblekerner, ristede mandler, karamel og hampefrø. **Indeholder gluten.**
Kcal 409

BREAKFAST BOWLS

(kun inhouse)

Chiagrød 79,-

Chiafrø blandet med skyr & vanilje, toppet med jordbær/ rabarber-kompot, banan, granola* og ristede kokosflager. **Indeholder mælk og gluten.**
* For glutenfri fravælg granola.
Kcal 451

Halv / halv 99,-

Chiagrød + valgfri smoothiebowl, toppet med *hampefrø, ristede kokosflager, saltede mandler og frisk frugt
Indeholder mælk.

SMOOTHIE BOWLS

Toppet med granola*, chiafrø, ristede kokosflager, hampefrø og frisk frugt.
(Kun inhouse).

Spirulina 99,- Vegansk

Spinat, banan, peanutbutter, havredrik og grøn spirulina. **Indeholder gluten.**
Kcal 466

Acai 99,- Vegansk

Blåbær, banan og acai.
*For glutenfri fravælg granola.
Kcal 389

PITA

Økologisk pita med fyld af edamamebønner, rød spidskål, syltede rødløg og gulerod. Toppet med forårsløg og sesamfrø.

Chipotle-kylling & goma 99,-

Kcal 483

Marineret okse & chilimayo 99,-

Kcal 505

Beyond Meat & chimichurri 109,-

Vegansk Kcal 618

Confiteret and & chilimayo 109,-

Kcal 645

EMPANADA

1 stk. 39,- inkl 1 dip

2 stk. 69,- inkl 1 dip

3 stk. 99,- inkl 2 dip

Toppet med forårsløg og sesamfrø.

PERFECT FRESH SNACK

Fyld, vælg ml:
feta-spinat, veggie (øko & vegansk), okse-ost (øko) el. skinke-ost.

Dip, vælg ml:
spicy soya, wasabi mayo, chillimayo, chimichurri, goma, sriracha-chili el. teriyaki.

SIDES

3 No Chicken tenders 69,- Vegansk

Toppet med forårsløg og sesamfrø. Inkl. 1 dip.

4 nuggets 29,- Vegansk (dip +10,-)

Grøntsagschips 29,- (dip +10,-)

Tempura-tangchips 49,- (spicy).

HER FINDER DU BUDDHA BOWL:

KOLDING
VEJLE
BREDBALLE
NORDHAVN (KBH)

BLIV FRESHTET



BUDDHABOWL.DK