



SuppenGRÜN – Dankwartstraße 11 – 23966 Wismar – 03841-2430128

Montag – Freitag 10:30 – 15:00 Uhr

**Wochenkarte vom Montag bis Freitag – 19. – 23.07.2021**

<b>Kartoffelgulasch</b> <sup>2,3,7,I,J</sup> mit Rauchwurst, Paprika, Zwiebeln & Tomate (gf) (lf)	4,70 €	3,30 €
<b>Omas Fischtopf</b> <sup>D,I,L</sup> mit Wild- & Seelachs, Kartoffeln, Staudensellerie, Thymian, Tomate, Weißwein & Zwiebeln (gf) (lf)	4,80 €	3,40 €
<b>Indisch Dal</b> <sup>I</sup> mit Roten Linsen, Tomate, Zucchini, Ingwer, Koriander und Cashewnüssen (gf) (lf) (vegan) → mit Hühnchen	4,60 € 4,70 €	3,20 € 3,30 €
<b>Marokkanischer Eintopf</b> <sup>I</sup> mit Paprika, Zucchini, Tomate, Kartoffeln, Kichererbsen und Gewürzen aus 1001 Nacht (gf) (lf) (vegan)	4,60 €	3,20 €
<b>Andalusische Kaltschale</b> mit Paprika, Zwiebeln, Zucchini, Tomate, Aubergine & Kräutern (gf) (lf) (vegan)	4,60 €	3,20 €
<b>Melonen-Kokos-Suppe (KALT)</b> mit Ingwer, Gurke & Dill (gf) (lf) (vegan) → mit Räucherlachs	4,60 € 4,80 €	3,20 € 3,40 €
<b>Erdnusscurry</b> <sup>E,I</sup> <b>mit Reis</b> mit Brokkoli, Blumenkohl, Möhre, Bohnen, Zwiebeln, Ingwer, Paprika, Tomate & Kokosmilch (gf) (lf) (vegan) → mit Hähnchenstreifen	4,60 € 4,80 €	3,20 € 3,40 €
<b>Wrap</b> <sup>Aa,G</sup> mit Salat, Feta, Paprika, Mango, Wrapsauce <sup>G,J</sup> oder Erdnussauce <sup>E,F</sup> , Hühnchen <u>oder</u> Falafel		5,00 €
<b>American Pancakes</b> <sup>Aa,C,G</sup> mit Apfelmus, ZimtZucker oder Kirschen 2 Stück – 3,00 € // 3 Stück – 3,50 € // 4 Stück – 4,00 €		

## Unsere Tagesangebote

**Montag – Bio-Hackfleischpfanne** 7,00 €  
mit Rinderhack, Kichererbsen, Paprika, Zucchini, Tomate, Feta & Reis (gf)

**Dienstag – Hähnchengyros<sup>G</sup> in Metaxasauce** 6,50 €  
mit Reis & hausgemachtem Weißkrautsalat (gf)

**Mittwoch - Pasta Lachs & Spinat<sup>Aa,D,G</sup>** 6,50 €  
mit Wildlachs & Dill

**Donnerstag - Schnitzelburger<sup>Aa,C,G,J</sup>** 6,00 €  
mit Salat, Tomatensalsa, Käsesauce & Edamer

→ Veggie als **Brokkoli-Nussecken-Burger<sup>Aa,Ad,Ha,Hb</sup>** 6,00 €

→ mit Kartoffelecken & Kräuterquark<sup>G</sup> 7,50 €

**Freitag – Soljanka nach Mutters Art<sup>2,3,7,I,J</sup>** 4,70 € 3,30 €  
mit Jagdwurst, Salami, Speck, Zwiebeln, Letscho, Tomate und Gewürzgurken (gf) (lf)

## Salate & Frisches

**Nudelsalat<sup>Aa,G</sup>** 2,80 €  
Nudeln, Oliven, getrocknete Tomaten, Pesto, Rucola, Parmesan & Sonnenblumenkerne (lf)

**Möhre-Apfel-Salat (gf) (lf)** 1,70 €

**Omas Frühlingskartoffelsalat<sup>G</sup>** 3,00 € / 1,90 €  
mit Äpfeln, Zwiebeln, Gewürzgurken, Joghurt & Dill (gf)

**Gurkensalat mit Dill & Vinaigrette (gf) (lf)** 1,90 €

**Mini-Salat Tomate & Mozzarella** 2,20 €  
Cherrytomaten, Mozzarella (Kuhmilch), Rucola, Rote Zwiebeln & HonigSenfMarinade (gf) \*7, 10

**SuppenGRÜN Bowl** 7,00 €  
Salatherzen, Bulgur mit Minze & Lauchzwiebeln, Erdnuss-Limetten-Dressing, Tomate, Gurke, Avocado, Sprossen, Falafel und schwarzer Sesam, Walnüsse, Cashews (gf) (lf) (vegan) \*Erdnuss, Sesam

**Salat Huhn & Orange<sup>J</sup>** 6,50 €  
mit HonigSenfDressing und Sonnenblumenkernen (gf) (lf)

### **Etwas Süßes zum Schluss**

- Joghurt <sup>G</sup> mit Knuspermüsli <sup>Aa</sup> & Waldbeeren	1,90 €
- Quarkcreme <sup>G</sup> mit Mango- oder Himbeerpüree	1,70 €
- Oma's Kirschsuppe <sup>Aa,C</sup> mit Vanillesauce <sup>1,G</sup>	2,20 €
- Hausgemachter Milchreis <sup>G</sup> mit Apfelmus <b>oder</b> Zimt & Zucker	1,60 €
- Hausgemachter Milchreis <sup>G</sup> mit Apfelmus <b>und</b> Zimt & Zucker	1,70 €
- Hausgemachter Milchreis <sup>G</sup> mit Kirschen	1,80 €
- Schokoladenpudding <sup>G</sup> mit Vanillesauce <sup>1,G</sup>	1,70 €

(A)Glutenhaltiges Getreide (Aa)Weizen (Ab)Roggen (Ac)Gerste (Ad)Hafer (Ae)Dinkel (Af)Kamut (Ag)Hybridstämme (B)Krebsstiere (C)Ei (D)Fisch (E)Erdnüsse (F)Soja (G)Milch (H)Schalenfrüchte (Ha)Mandeln (Hb)Haselnuss (Hc)Walnuss (Hd)Cashew (He)Pekannuss (Hf)Paranuss (Hg)Pistazie (Hh)Macadamia (Hi)Queenslandnuss (I)Sellerie (J)Senf (K)Sesam (L)Schwefeldioxid&Sulfide (M)Lupinen (N)Weichtiere

(1)Farbstoff (2)Konservierungsstoff (3)Antioxidationsmittel (4)Geschmacksverstärker (5)Schwefeldioxid (6)Schwärmungsmittel (7)Phosphat (8)koffeinhaltig (9)Milcheiweiß (10)chininhaltig (11)Süßungsmittel (12)Phenylalaninquelle (13)gewachst (14)Nitritpökelsalz (15)Taurin (16)Tartrazin