

Herbst 2021 – menü



masseria

Healthy Deli



VEGAN

ENTHÄLT KEIN FLEISCH ODER FISCH
KEINE BESTANDTEILE TIERISCHEN URSPRUNGS



VEGETARISCH

ENTHÄLT KEIN FLEISCH ODER FISCH



GLUTENFREI



MILCHFREI



ORGANISCH

AUS BIOLOGISCHER LANDWIRTSCHAFT



DEUTSCHES/ÖSTERREICHISCHES FLEISCH

PFLANZLICHE FUTTERMITTEL GMO-FREIE BASIS



ETHISCH VERTRETBARE EIER & AUS FREILANDHALTUNG

WIR TÖTEN KEINE MÄNNLICHEN KÜKEN ♡
WIR HABEN AUSSCHLIESSLICH BIO EIER



AUS NACHHALTIGER FISCHEREI

INFORMATIONEN ZU **ALLERGENEN** FINDEN SIE AUF DER RÜCKSEITE DIESES
MENÜS ODER AUF ANFRAGE MIT EINEM MASSERIA TEAM-MITGLIEDS.

FRÜHSTÜCK

ALL DAY BREAKFAST

HAPPY AVOCADO TOAST


M-FAVORITE

Unser Masseria Rotebeete-Sauerteig Brot belegt mit fein geschnittenen Avocadoscheiben, frischem Pfeffer und Olivenöl

€6.50 *a* (+ Bio-Spiegelei *c* €1.50, + Räucherlachs *d* €3.90, + Burrata *g* €2.50)

* SPECIAL + Planted™ Vegan Chicken *a* €3.90

BIRCHER MÜSLI

Unser hausgemachter Birchermüsli mit: Jumbo-Hafer, Chia-Samen, Haselnüsse, Rosinen, OATLY!Milch, Apfel & Agavesirup *g, h* 

€4.60

YOGURT GRANOLA POT

Griechischer Joghurt und knuspriges Granola, auf Wunsch mit Bio Honig *a, n, g*

€4.30 

CREAMY BEE TARTINE

Unser Masseria Aktivkohle-Sauerteig Brot mit Ricotta und Bio Honig *g*

€4.00 

SÜSSES

ASK US TO WARM IT UP ;)

CHOCOLATE LOTUS

CARAMEL CUPCAKE

Unsere wunderschönen Cupcakes von Lanache: feinste Handarbeit; mit Caramel, Schwarzer Schokolade und Hanfmehl gebacken *a, c, f, g, h*

€4.50 


HEMP-NUTELLA CHOCOLATE

CHIP COOKIE

Unsere Lanache Chocolate Chip Cookies - mit viel Liebe, Nutella und Hanfmehl gebacken; innen weich und cremig; außen kross gebacken. *a, c, f, g, h*

€4.20 

HIMBEREEN CUPCAKE

Unsere wunderschönen Cupcakes von Lanache: feinste Handarbeit; mit Mascarpone, Frischen Himbeeren und Hanfmehl gebacken. *a, c, f, g, h* 

€4.50

YUMMY ENERGY BALL

Unsere Yummy GLUTENFREI Energy Balls mit: Datteln, Erdnussbutter, GF Hafer, Kokosflocken, Kakaonibs und Agavesirup *e, f, g*

€2.00  

MASSERIA SPECIAL

PISTAZIENKUCHEN

Jede Charge unseres köstlichen Pistazienkuchens enthält 500 Gramm frische iranische Pistachios. Wir runden das Ganze mit cremigem Ricotta ab. *a, c, h*

€4.50 

SALATE

WINTER WONDER ROOT SALAD

Die Wintervariante unseres Bestsellers. Ein knuspriger Salat aus gebackenen Karotten, Süßkartoffeln, Pastinaken und Zwiebeln verfeinert mit frischen Radieschen, Schnittlauch, und Semmelbröseln **Empfohlenes Dressing: Top it off mit Yogurt c oder Rote Bete Hummus a**

GROSS €9.90 BEILAGE €5.90
TAKE-TWO €5.00



FALL PUMPKIN SALAD

NEU

Schmecke ein Stück Herbst mit unserem frisch gerösteten Hokkaido-Kürbis, Rucola Salat, Süßkartoffel und *Grana Padano-Käse (optional)*. *3, g, o*

Empfohlenes Dressing: *Rotes Pesto 1,3,g*

GROSS €9.90 BEILAGE €5.50
TAKE-TWO €5.00



EPIC BROWN RICE & MUSHROOM SALAD

NEU

Unser knackiger Brown Rice & Button Mushroom Salat mit: Sonnengetrocknete Tomaten, *Grana Padano-Käse (optional)*, Petersilie und frischen Kräutern. *Vorgewürzt 3, g, o*

GROSS €9.90 BEILAGE €5.50
TAKE-TWO €5.00



GARDEN DELIGHT SALAD

Ein knackiger Gemüsesalat mit gerösteten Auberginen, Zucchini, Zwiebeln und Gelber Paprika, gemischt mit Saisongrün und frischem Basilikum; auf Wunsch mit Sauerteigcroutons; Balsamicocreme **Empfohlenes Dressing: Balsamico Glaze 1,3,4,a**

GROSS €9.90 BEILAGE €5.50
TAKE-TWO €5.00



masseria

PROTEINS

+ PASTRAMI <i>1, 3, 8, m, l</i>		€2.90
+ SCHINKEN <i>1, 3, 8</i>		€2.50
+ RÄUCHERLACHS <i>d,m</i>		€3.90
+ BIO-EI <i>c</i>		€1.50
+ Planted™ Vegan Chicken		€3.90

TOPPINGS

+ BURATTA <i>g</i>	€2.50
+ AVOCADO	€2.50
+ KÖRNERMIX <i>n</i>	€1.00
+ RICOTTA <i>g</i>	€1.50
+ TRÜFFELÖL	€0.50

DRESSINGS

- BALSAMICO-ESSIG & OLIVENÖL *o*
- ROTES PESTO *1,3,g*
- CASHEW LEMON DRESSING *h*
- HONIG-SENF VINAIGRETTE *m*
- BALSAMICOCREME *1*

UNSERE SALATE WERDEN MIT EINEM DRESSING SERVIERT, FÜR EIN ZUSÄTZLICHES DRESSING 1,00 €.

FILODINAS

MASSERIAS ERFINDUNG, FILODINA IST EIN FLADENBROT AUS BLÄTTERTEIG, DAS MIT UNSEREN FRISCHESTEN ZUTATEN BEDECKT UND IN UNSEREM OFEN AUF BESTELLUNG HERGESTELLT WIRD.

FILODINA MENU

INDIAN SUMMER PUMPKIN & BURRATA

mit hausgemachtem Tomatenragout, gegrilltem Hokkaido-Kürbis, delikater Burrata, frischem Basilikum und Körnermischung *1, a, g*

€9.90

AVOGATO VEGAN

mit hausgemachtem Tomatenragout, einer halben Avocado, Körnermix, Frischer Basilikum und Avocadocrème *1, a, n, o*

€8.90

SLIPPERY SALMON FILODINA

mit hausgemachtem Tomatenragout, Räucherlachs, Ricotta und Dill *1, a, d, m, g, l*

€10.90

KAZAM'S PLANTED™ CHICKEN FILODINA

mit hausgemachtem Tomatenragout, Planted™ Chicken, getrockneten Tomaten und Avocadocrème. *1, a, g, l*


€10.90

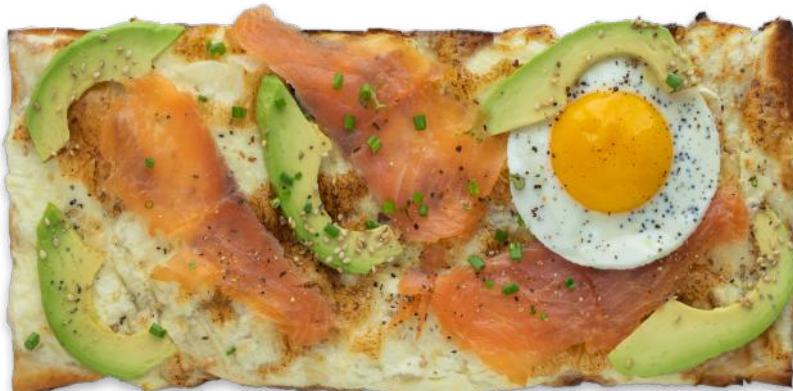
CHEEKY HAM & CHEESE

mit hausgemachtem Tomatenragout, lokalem Schmorschinken und italienischem Taleggio-Käse *1, 3, 8, 12, a, g, m*

€10.50

+ TOPPINGS

+ PASTRAMI <i>1, 3, 8, m, l</i>		€2.90	+ BURATTA <i>g</i>	€2.50
+ SCHINKEN <i>1, 3, 8</i>		€2.50	+ AVOCADO	€2.50
+ RÄUCHERLACHS <i>d,m</i>		€3.90	+ KÖRNERMIX <i>n</i>	€1.00
+ BIO-EI <i>c</i>		€1.50	+ RICOTTA <i>g</i>	€1.50
+ Planted™ Vegan Chicken		€3.90	+ TRÜFFELÖL	€0.50



SUPPEN

FALL PUMPKIN SOUP

Unsere schmackhaften Saisonsuppe mit: Butternusskürbis, Karotten, Zwiebeln und Süßkartoffeln. 1,3,l

€6.50

Beilagensuppe €4.50



SOUP TOPPINGS

+ RICOTTA <i>g</i>	€1.50
+ JDS SCHARFE GEWÜRZE	FREE
+ FRISCHE KRÄUTER	FREE
+ KÖRNERMIX <i>n</i>	FREE

SANDWICHES

NY YUMMY PASTRAMI SANDWICH

M-FAVORITE

Holzkohle-Sauerteig-Sandwich mit Pastrami, Rote-Bete-Hummus und Essiggurke ; New Yorker Art 1, 3, 8, a, l, m, n

€8.40



THE VEGI CREAMY OLIVE SANDWICH

Rote Beete-Sauerteig-Sandwich mit cremigem Ricotta, Saisonsalat und unserer hausgemachten Oliventapenade 1, 3, a, g

€6.20



TUNA TREAT SANDWICH

Thunfisch mit Frischkäse, Zitronensaft, Dill, Apfel und Gurke auf Rote Beete-Sauerteig-Sandwich Brot. 1, 3, a,d, g, l

€6.90



TO SHARE WITH WINE

FRENCH OLIVE TAPENADE

Gegrilltes Sauerteigbrot mit Oliven Tapenade 1, a, l

Optional Karottensticks/Gurkensticks €1.50

€4.50

BEETROOT HUMMUS

Gegrilltes Sauerteigbrot mit Rote Bete Hummus

1,a Optional Karottensticks/Gurkensticks €1.50

€4.90

UNSERE VERPACKUNG

0%

unserer Verpackungen sind aus Kunststoff hergestellt

85%

unserer Verpackungen sind wiederverwertbar

100%

unserer Joghurtbecher, Bestecke und anderer Plastik- "Schauegegenstände" sind aus Mais oder Zuckerrohr hergestellt und sind kompostierbar



WIR VERSPRECHEN

täglich daran zu arbeiten, unsere Umweltauswirkungen zu reduzieren und nachhaltige Wege zu finden, Ihnen Ihr Essen zu servieren

In unserer Masseria sind alle **ALLERGENE** jederzeit präsent und werden ständig genutzt. Obwohl wir große Anstrengungen unternehmen, eine Kreuzkontamination in unsere Küche zu verhindern, können wir nicht garantieren, dass jedes Lebensmittel, das wir herstellen, 100% FREI von einem bestimmten Allergen ist.

ZUSATZSTOFFE

1) mit Konservierungsstoff **2)** mit Farbstoff **3)** mit Antioxidationsmittel **4)** mit Süßungsmittel Saccharin **5)** mit Süßungsmittel Cyclamat **6)** mit Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle **7)** mit Süßungsmittel Acesulfam **8)** mit Phosphat **9)** geschwefelt **10)** chininhaltig **11)** coffeinhaltig **12)** mit Geschmacksverstärker **13)** geschwärzt **14)** gewachst **15)** gentechnisch verändert

ALLERGENE

a) Glutenhaltiges Getreide (d. h. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder deren Hybridstämme) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse **b)** Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse **c)** Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse **d)** Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse **e)** Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse **f)** Soja und daraus gewonnene Erzeugnisse **g)** Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose) **h)** Schalenfrüchte (d. h. Mandeln, Haselnuss, Walnuss, Kaschunuss, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamia- oder Queenslandnuss) **i)** Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse **m)** Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse **n)** Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse **o)** Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/1 **p)** Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse **r)** Weichtiere (wie Schnecken, Muscheln, Tintenfische) und daraus gewonnene Erzeugnisse

masseria

Healthy Deli



@masseriestuttgart
www.masseria.com

