

JUICES & SHAKES

KALTGEPRESSTE SÄFTE (BIO) 4,90 €

Antidote – Love Me, 0,25 l 🌱

Granny Smith, Spinat, Grünkohl, Zitrone, Spirulina

Antidote – Karrot Kid, 0,25 l 🌱

Orange, Karotte, Zitrone, Kurkuma

Antidote – Just beet it!, 0,25 l 🌱

Rote Bete, Apfel, Karotte, Zitrone, Goji

Antidote – Pineapple Express, 0,25 l 🌱

Apfel, Ananas, Minze



SMOOTHIES (BIO) 5,90 €

Wholey – Amazing Açai | Antioxidant, 0,35 l 🌱

Banane, Erdbeeren, Heidelbeeren, Grünkohl, Sauerkirschen, Datteln, Kokosmus, Kokoschips, Açai

Wholey – Ban & Berries | Performance, 0,35 l 🌱

Erdbeeren, Banane, Zucchini, rote Johannisbeeren, Himbeeren, Datteln, Gojibeeren, Minze

Wholey – Ginger Ninja | Immunity, 0,35 l 🌱

Banane, Mango, Apfel, Ananas, Feigen, gelbe Paprika, Datteln, Ingwer, Kurkuma

Wholey – The Real Green | Detoxification, 0,35 l 🌱

Spinat, Apfel, Feigen, Sellerie, Datteln, Lucuma, Limettensaft, Ingwer, Koriander

NOMILKSHAKES (BIO) 5,90 €

Wholey – Strawberry | Healing, 0,35 l 🌱

Erdbeeren, Banane, Mango, Cashewkerne, Datteln, Cashewmus, Meersalz

Wholey – Green Vanilla | Balance, 0,35 l 🌱

Banane, Grünkohl, Datteln, Cashewkerne, Blumenkohl, Cashewmus, Vanille, Ingwer, Meersalz

Wholey – Peanut Power | Vitality, 0,35 l 🌱

Banane, Kürbis, Datteln, Cashewkerne, Cashewmus, Erdnüsse, Erdnussmus, Kokosmilch, Carob, Maca, Meersalz



DAS BEN GREEN PRINZIP

LAKTOSE- UND GLUTENFREIE BOWLS,
INDIVIDUELL NACH DEINEM WUNSCH

PROTEIN-
REICH



ZUCKER-
ARM



VEGGIE

LOW
CARB



VEGAN



WIR MACHEN FAST FOOD ZU GOOD FOOD.

Für unsere Gerichte verwenden wir nur hochwertige Zutaten, die wir schnell und schonend zubereiten. Dabei verzichten wir komplett auf Gluten, Laktose und so vollständig wie möglich auf Zusatzstoffe und Industriezucker.

#MADETOSMILE #POSITIVEEATING #MAKEACHOICE

🌱 Vegan

🌿 Vegetarisch

Unsere Speisen können teilweise Spuren von Krebstieren, Eiern, Fisch, Soja, laktosefreier Milch, Schalenfrüchten, Sellerie, Senf und Sesam enthalten. Unser Servicepersonal gibt euch dazu gern nähere Informationen!

SWEETS & TREATS

Veganes Schokotörtchen 🌱 3,90 €

Veganes Apfeltörtchen auf Chia-Mandel-Boden 🌱 5,90 €

Rüblikuchen 🌱 5,90 €

Himbeerherz auf Kokosboden 🌱 5,90 €

Cookies 2,90 €

HOT DRINKS



No Junk! No Lactose! Just Power!

Daher reichen wir zu unseren Heißgetränken niedrigglykämischen Kokosblütenzucker (für Diabetiker geeignet) und verzichten auf raffinierten Zucker. Milch gibt's bei uns natürlich nur laktosefrei und in bester Qualität: Vollmilch (laktosefrei), Mandel-, Soja- und Hafermilch. Für unsere Kaffeespezialitäten verwenden wir ausschließlich den Premiumkaffee I-O. Bei den Tees setzen wir auf Bio-Produkte aus fairem Handel von ChariTea.

COFFEE & MORE

Alle Sorten auch mit I-O, entkoffeiniert, erhältlich, Espresso-Shot extra 1,00 €

Espresso 2,60 €

Espresso macchiato 3,10 €

Doppio 3,60 €

Café Crème 3,20 €

Cappuccino 3,70 €

Flat White 3,90 €

Caffè Latte 4,10 €

Hot Raw Chocolate 4,10 €

Chai Latte 4,20 €

Matcha Latte 4,50 €

TEA

Frischer Ingwer 3,50 €

Frische Zitrone 3,50 €

Frische Minze 3,50 €

ChariTea* 3,50 €

*Verschiedene Sorten – auf Anfrage am Tresen.

MENU

Ben Green

MADE TO SMILE

WWW.HELLOBENGREEN.DE

WHOOOP, WHOOOP! SOUP!

Tomaten-Kokos-Suppe mit Ben Green
Curryschaum und Bio-Focaccia 🌿

5,90 €



BEN GREEN INTRODUCING POKE BOWL VOL. 1



SUSHI BOWL

Mariniertes Lachs-Sashimi, Mango-Avocado-Slices,
Peperoni, Rotkraut-Koriander-Mix mit gesäuertem
schwarzem Reis

11,90 €

Auf Wunsch: Extraportion mariniertes Lachs

+3,90 €



MEHR SUPERPOWER?
AKTUELLE ANGEBOTE GIBT'S
AM TRESSEN!



ENERGY BOWL 8,90 €

Unsere Energy Bowls werden mit einem frischen Gemüse- und Kräutern schnell und just-in-time für dich zubereitet.

01 Wähle ein BASIC	02 Wähle eine SAUCE	03 Optionales EXTRA
Schwarzer Reis	Ben Green Masala	HUHN 2 ⁹⁰ €
Geschmorte Süßkartoffel	Ben Green Curry	LACHS 3 ⁹⁰ €
Quinoa	Asian Tamari ²	SHRIMPS 3 ⁹⁰ €

² Mit Konservierungsstoffen.

PASTA BOWL 8,90 €

Unsere Pasta Bowls werden mit einem frischen Gemüse- und Kräutern schnell und just-in-time für dich zubereitet.

01 Wähle ein BASIC	02 Wähle eine SAUCE	03 Optionales EXTRA
Mungobohnen-nudeln	Tomatensugo	HUHN 2 ⁹⁰ €
Reisnudel-Tagliatelle	Pesto Tomate-Walnuss / Ben Green	LACHS 3 ⁹⁰ €
Zucchini-Karotten-Nudeln	Zitronenpilze	SHRIMPS 3 ⁹⁰ €

SALAD BOWL 7,90 €

Unsere Salad Bowls werden mit einem frischen Gemüse- und Kräutern und Nüssen schnell und just-in-time für dich zubereitet.

01 Wähle ein BASIC	02 Wähle ein DRESSING	03 Optionales EXTRA
Feldsalat & Spinat	Spicy-Lemon ²	HUHN 2 ⁹⁰ €
Rucola & Chinakohl	Sesam-Miso ^{1,2,4}	LACHS 3 ⁹⁰ €
Pflücksalat	Himbeer-vinaigrette ^{1,3}	SHRIMPS 3 ⁹⁰ €

¹ Mit Farbstoffen. / ² Mit Konservierungsstoffen. / ³ Mit Antioxidationsmittel. / ⁴ Mit Geschmacksverstärkern.

🌿 Ohne Extra sind alle unsere Bowls vegan. 🌿

SANDWICHES

FRÜHSTÜCKSTIPP

AVOCADO- & BEETS-HUMMUS-SANDWICH ... 5,90 €

Bio-Kornmixbrot, Avocado, Rote-Bete-Hummus, Radieschen, frische Basilikumblätter 🌿

FARMERS' SANDWICH ... 6,90 €

Bio-Kürbis-Karotten-Brot, Gruyère, Gartenkresse, Sprossen, Salat aus Karotte, Apfel, Walnüssen, Cranberrys und hausgemachter Mandelcrème 🌿

SO-ITALIAN!-SANDWICH ... 6,90 €

Bio-Focaccia mit Mandelcrème massiertem Romanasalat, Tomaten, Parmesan, frischem Basilikum und Ben Green Pesto 🌿

SMOKED SALMON SANDWICH ... 6,90 €

Bio-Kürbis-Karotten-Brot, Räucherlachs, hausgemachte Mandel-Meerrettich-Crème, mariniertes Rotkraut mit Koriander

BEN GREEN'S ORIGINAL-BLT ... 7,90 €

Bio-Kornmixbrot, Spiegelei, knuspriger Bacon, marinierter Romanasalat, Tomaten und hausgemachte pikante Paprika-Tomaten-Crème

FRENCH QUICHE

LACHS-QUICHE ... 7,90 €

Quiche mit frischem Lachs und Dill und einem Salatmix mit Himbeervinaigrette

SPINAT-QUICHE ... 7,90 €

Quiche mit frischem Spinat und Pinienkernen und einem Salatmix mit Himbeervinaigrette 🌿



HAPPY BOWLS

FRÜHSTÜCKSTIPP

BOOM CHIA WOW WOW! ... 6,90 €

Chiasamen-Pudding 🌿
Chiasamen, Haferflocken, Kokosraspeln, Mandelmilch, Kokosmilch, Agavendicksaft, Granatapfelkerne, Kiwi, Kürbiskerne

A GOOD START! ... 6,90 €

Açai-Bananen-Porridge 🌿
Haferflocken, Kokosraspeln, Chiasamen, Buchweizen, Kiwi, Mandelmilch, Agavendicksaft



COLD DRINKS

WATER

Viva con Agua, 0,33 l / 0,5 l / 0,75 l 3,30 € / 4,50 € / 5,50 €
LAUT / LEISE

LEMONADES & MORE 3,50 €

leev, 0,2 l
Elstar-Apfel-Saft

leev, 0,33 l
Elstar-Schorle / Hoppe (spritziger Apfel mit Hopfen)

LemonAid (Bio), 0,33 l
Limette / Maracuja

Djahé (Bio), 0,33 l
Ingwer-Zitrone

Cucumis, 0,33 l³
Gurkenlimo / Lavendellimo

ChariTea (Bio), 0,33 l
Black / Green

COCONUT WATER 4,90 €
Fountain of Youth, 0,5 l

³ Mit Antioxidationsmittel.

