

# 100% natürlich, ohne Konservierungsstoffe, Farbstoffe, künstliche Aromen und andere böse Sachen



<b>Suppe</b>	Kartoffelsuppe (Olivenöl, Sahne, frischer Rucola...) 5.0€ ✓ Tomatensuppe (Orange, Chili, Zimt...) 5.0€ Saisonsuppe (je nach Jahreszeit, siehe Säule) 5.0€	Kernemix (geröstet) 1.0€ Rucola 1.0€ Datteltomaten 1.0€ Provencegemüse 1.0€
<b>Salat</b>	✓ Basic Mix (Vinaigrette mit kaltgepresstem Olivenöl...) 5.0€ Ital. Nudelsalat (Pesto aus, Oliven, Pinienkernen, Tomaten...) 5.0€	Comté-Käse (24 Monate gereift) 1.5€ Feta (in Kräutern & Olivenöl) 1.5€ Thunfisch (Dolphin Save) 1.5€ Rinderhack (Qualivo Fleisch) 1.5€ Parmesan Reggiano 2.0€ Mozzarella di Bufala 2.0€ Halbgetrocknete Tomaten 2.0€ Taggiasca-Oliven 2.0€ Pinienkerne (geröstet) 2.0€
<b>Brot</b>	Butter & Ur-Salz (nur für Brot) 3.0€ ✓ Olivenöl & Sesam (nur für Brot) 3.0€ Ricotta (Schnittlauch, Olivenöl, Balsamico...) 5.0€ ✓ Hummus (Kichererbsen, Sesam, Limette...) 5.0€ ✓ Guacamole (Avocado, Chili, Tomate...) 5.5€ Chili (Chili con Carne, Basmatireis, Salat...) 5.5€ Burger (Rinderhack, Erdnuss, Senf, Tomate, Salat...) 6.5€	
<b>Fladimir</b>		
<b>Pasta</b>	Pasta sweet Tomato (mit Tomatensauce) 7.0€ Pasta cream Potato (mit Kartoffelsauce) 7.0€ Pasta con Carne (mit Chili con Carne) 7.5€	
<b>Eintopf</b>	Chili con Carne 5.5€ ✓ Ratatouille 5.5€	

<b>Dessert</b>	Cheesecake 2.5€ Choco Choc Haselnuss 2.5€ Choco Choc Mandel 2.5€ Choco Choc Erdnuss 2.5€ Choco Choc heiß mit Vanilleeis 3.5€ Waffel mit Puderzucker 3.0€ Waffel mit Schoko 3.5€ Waffel mit Fruchtputee 4.0€ Müsli 3.5€ Müsli mit Fruchtputee 4.5€
----------------	--

Man lebt nur einmal! :-)

<b>Hot Drink</b>	Kaffee Espresso 2.0€ Espresso Doppio 3.0€ Espresso Macchiato 2.5€ Kaffee 2.0€ Cappuccino 2.5€ Latte Macchiato 3.0€ Milchkaffee 3.0€ Schokoccino 4.0€ Tee Darjeeling-Tee BIO 3.0€ Kräuter-Tee BIO 3.0€ Früchte-Tee BIO 3.0€ Grün-Tee BIO 3.0€ Chai Tiger Spice 3.0€ Chai Elephant Vanilla 3.0€ Chai Tortoise Greentea 3.0€ Schokolade heiße Schokolade 3.0€
------------------	--

<b>Cool Drink</b>	Hausgemacht Eistee Grüntee & Holunder basic 2.5€ large 3.5€ Limo Zitrone & Minze basic 2.5€ large 3.5€ Flaschen Mineralwasser medium 2.5€ Mineralwasser natur 2.5€ Fritz Kola 3.0€ Fritz Kola light 3.0€ Bier 3.0€
-------------------	--

<b>Juice</b>	Frischsaft Apfel Orange Grapefruit Karotte Gurke Sellerie Rote Beete (Mischung, max. 2) basic 3.5€ large 5.5€ Saftschorle Apfel-Schorle Orangen-Schorle Grapefruit-Schorle Karotten-Schorle basic 3.0€ large 4.0€
--------------	---

<b>Smoothie</b>	Mango - Apfel - Banane Mango - Orange - Banane Mango - Grapefruit - Banane Himbeer - Apfel - Banane Himbeer - Orange - Banane Himbeer - Grapefruit - Banane Erdbeer - Apfel - Banane Erdbeer - Orange - Banane Erdbeer - Grapefruit - Banane Maracuja - Apfel - Banane Maracuja - Orange - Banane Maracuja - Grapefruit - Banane basic 4.0€ large 6.0€
-----------------	--

Alle Speisen & Getränke gibt's auch zum Mitnehmen, natürlich in umweltfreundlicher Verpackung

# Beispiele, warum es bei uns so unglaublich lecker schmeckt



einfach lecker!

## SUPPE

Unsere leckeren Suppen enthalten nur beste, frische und natürliche Zutaten. Hier gibt's kein „Suppenfix“, kein Mondamin, nichts dergleichen. Und das schmeckt man auch!



## BROT

Frisches, knuspriges Pain-Paillasse von Hand gefertigt ohne Zusatz von Backmitteln. Der Geschmack setzt sich aus mehr als 80 verschiedenen Aromen zusammen. Die besonders lange Gärzeit beschleunigt den Energieaufbau und macht das Brot besonders gut verträglich.



## SALAT

Der Salatmix wird täglich frisch von Hand zusammengestellt. Dazu kann man Toppings wählen wie: Parmesan, Schafskäse, Thunfisch, Büffelmozzarella, halbtrocknete Tomaten, Taggiasca-Oliven, Pinienkerne, Rinderhack, Rucola und vieles Andere.

## FLEISCH

Unser Rindfleisch ist 100% „Qualivo“ Rinderhack. Die Rinderstammen aus der Region und werden auf Stroh gehalten. Das Futter der Tiere besteht aus betriebseigenem Getreide, pflanzlichem Eiweiss, Mineralstoffen, Vitaminen und jeder Menge Kräuter. Das Futter enthält garantiert keine gentechnisch veränderten Pflanzen, kein Antibiotika, kein Dioxin und auch keine tierischen Fette.



## GUACAMOLE

Unsere Guacamole wird garantiert täglich mit frischen, reifen Hass Avocados zubereitet. Avocados sind anspruchsvoll und teuer, kleinste Fehler bei der Lagertemperatur und sie vergammeln. Andere machen sich das Leben einfach und verwenden tiefgefrorenes Avocado-Pulps.

## OLIVEN & ÖL

Taggiasca Oliven gehören zu den italienischen Olivensorten. Benediktiner-Mönche züchteten eine Olive, die auch in der eher unwirklichen Gegend Liguriens gut gedeihen kann. Sie gehört zu den besten Olivensorten überhaupt. Für unsere Vinaigrette und andere Speisen verwenden wir ausschließlich kaltgepresstes Olivenöl aus erster Pressung.

## ESPRESSO

Unser Espresso aus der römischen Edelrösterei „Danesi“ zeichnet sich durch die hocharomatischen und mittelkräftigen Gourmetröstungen aus. Natürlich 100% Arabica.

## SCHOKOLADE

Die Schokolade wird aus frischer Vollmilch und dem super leckeren „blömboom“ Kakao frisch aufgeschäumt.

## TEE

Es gibt verschiedene BIO Tees von „Schlürf“ und Chai von „David Rio“.

Stierbuck  
Nußmannstraße  
Karstadt  
Kaufhof  
Münster  
Salzstraße  
Kaiser - Joseph - Strabe  
Rotteckring  
Bertoldstraße 48  
Theater  
Cinimaxx  
mm! WEST  
mm! OST

Alles auch  
Suppe  
Sandwich  
Salat  
Pasta  
Fladmir  
Chili con Carne  
Kuchen & Waffel  
Kaffee & Tee  
Smoothie & Frischsaft  
Frühstück (nur WEST)

[www.mm-leckerbar.com](http://www.mm-leckerbar.com)  
WEST: 0761-285 31 333  
OST: 0761-59 00 105

Für Veranstaltungen könnt ihr alle Speisen und Getränke auch vorbestellen