

Philosophie

„Der Darm ist das Tor zum Leben.“ lautet ein asiatisches Sprichwort. Besonders in Zeiten des Überangebotes an Nahrung, in denen lange Perioden des Fastens oder der verringerten Nahrungsaufnahme nicht mehr praktiziert werden ist es von entscheidender Bedeutung, dass wir unserem Verdauungssystem mal eine Pause gönnen. Genau wie der Innenraum unseres Autos regelmäßig gereinigt werden muss, muss es auch unser Darm. Oder was wäre, wenn wir die Toilette immer nur spülen und sie nie ausbürsten würden? Schon Hippokrates sagte:

„Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel,
und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.“

All unsere Speisen bestehen aus frischen regionalen Bio-Zutaten und Superfoods, die saisonal leicht variieren. Sie enthalten weder Tierprodukte, Zucker, Gluten, Transfette, Süßstoffe, Säurebildner, künstliche Aromen, Geschmacksverstärker, Emulgatoren, Farb- und Konservierungsstoffe. Zudem arbeiten wir mit dem zertifizierten Aquion-Wasserfilter-System, Grandewasser Filter, Vitamix Blender und Dörrgerät.

Kuren

Wir bieten Kuren mit Cassia Fistula, Wildkräutern und Superfoods wie der Chlorella Alge in Smoothies, frisch gepresste Gemüsesäfte oder eine komplette Versorgung mit Rohkostspeisen an.

Bioscan & Ernährungsberatung

Durch den Einsatz unseres Bioscans können wir Ihnen eine detaillierte Tagesstruktur und einen persönlichen Ernährungsplan für Ihren Alltag erstellen. Der Bioscan kostet **30 Min. 49 € / 1 Stunde 89 €**. Bitte kommen Sie 5 Minuten vor dem Termin ins Greenfoody. Für einen Hausbesuch senden Sie uns gerne eine Anfrage via E-Mail.



Öffnungszeiten

Mo – Fr: 8:00 – 20:00 Uhr
Sa: 9:00 – 20:00 Uhr
So, Feiertage: 9:00 – 20:00 Uhr

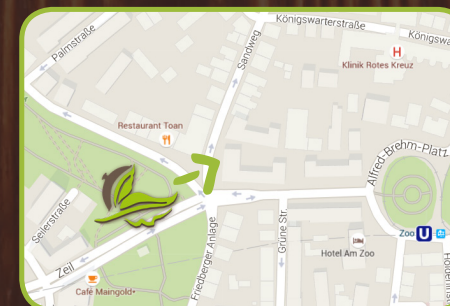
Jeden Tag bis 12:00 Uhr
„All you can eat“ Brunch

für 19,70€

Adresse

Rohkosteria
Sandweg 6 c
60316 Frankfurt am Main

069 - 43 052 616
www.frankfurt.greenfoody.de
frankfurt@greenfoody.de



Rohkosteria

Frankfurt - Bornheim

Die vegane Rohkostbar

Speisekarte



Lieferando.de
Einfach bestellen
und liefern
lassen.

Deftiges

Belegte Brötchen

Salat, Tomaten, Paprika, Gurken, Zwiebeln, Sprossen

5,70€

Gorillasalat

Diverse Salate, frische (Wild-)Kräuter, Tomaten, Buchweizen-/Sonnenblumenkern-/ Mungbohnsensprossen, frisches saisonales Gemüse, Cashewcreme, Brokkoli-/Chiasprossen, Dressing des Hauses

8,70€

Pizza

Buchweizen-Gemüse-Teig, marinierte Pilze, Tomaten, marinierte Paprika, Walnuss-Tomaten-Pesto, Cashewcreme, Rohmesan, Basilikum

9,70€

Spaghetti Cashewnara

Spiralnudeln aus Zucchini, Cashewcreme, marinierte Pilze, Rohmesan

8,70€

Spaghetti Wolognese

Spiralnudeln aus Zucchini mit Walnuss-Tomaten-Pesto und frischen Kräutern, marinierte Paprika, marinierte Pilze, Rohmesan, Basilikum

8,70€

Burger

Hausgemachtes Burgerbrötchen, Gemüsepaty, Tomaten, Gurken, Salat, Zwiebeln, Cashewcreme, Tomaten-Walnuss-Pesto

9,70€

Wrap

Tortilla, frisches Gemüse, Salatmischung, Kräutercreme, (Wild-)Kräuter, Walnuss-Tomaten-Pesto und Cashewcreme

9,70€

Falafel-Hummus Teller

Kleiner gemischter Salat, mariniertes Gemüse, Hummus, Tomatendip, Falafel

10,70€

Lasagne

Saisonales Gemüse, Zucchiniplatten, Tomaten-Walnuss-Pesto, Cashewcreme, Rohmesan, mariniertes Gemüse

9,70€

Enthält Walnüsse. Enthält Mandeln. Enthält Soja. Kann Mandeln enthalten. Kann Sesam enthalten. Kann Erdnüsse enthalten.

Süßes

Schokobrotchen

Reiskleie, Leinsamen, Carob, Kokosöl, Vanille, Datteln

2,70€

Superfood-Müsli

Frisches Obst, Datteln, Goji Beeren, Maulbeeren, Chiasamen, Granola aus gekeimtem Buchweizen, gemahlener Nussmix, selbstgemachter Nussdrink

7,70€

Schoko-Torte

Nüsse, Datteln, Vanille, Kokosöl, Carob, Banane, Hanfsamen, Mandelmas

4,00€

Kokosmus-Frucht-Torte

Nüsse, Datteln, Kokosmus, Früchte, Hanfsamen, Mandelmas

4,00€

Gourmet-Torte

Wöchentlich variierend - auf Wunsch auf Bestellung

4,00€

Energiekugel

Variierende Sorten mit: Nüssen, Stevia, Vanille, Kokosöl/-flocken, Carob

1,70€

Sonnenblumenkernbrötchen

Reiskleie, Leinsamen, gekeimte Sonnenblumenkerne

2,70€

Eiweiß Cookie

Buchweizen, Hanfprotein, Zimt, Vanille

2,70€

MisterRAW Protein Riegel

Buchweizen, Hanfprotein, Zimt, Vanille, Carob

2,70€

Maqui-Bowl

Bananen, Maqui-Beerenpulver, Hanfsamen, Toppings

7,70€

Shots

0,4cl alle 3,70€

0,4cl 5,70€

Booster

Haritaki, Guarana, Chiasamen

Dampfmaschine

Zitronen, Ingwer, Pfeffer, Nelken, Kurkuma

Rapunzel

Bockshornklee, Gojibeeren, Brennnesseln

Greenpower

frisch entsaftetes Weizengras

Smoothies

0,3l 3,70€

0,5l 5,00€

Roter Riese (Beerenpower)*

Saisonal: Beeren, Äpfel, Zitronen, Birnen, Bananen, Melone, Trauben

Gorilla (Proteinsmoothie)*

Saisonal: Blattgrün, Bananen, Pfirsiche, Birne, Wildkräuter, Ananas, Spirulina

Topmodel (Detoxsmoothie)*

Saisonal: Gurke, Melone, Blattgrün, Äpfel, Kiwis, Mango, Ananas, Wildkräuter, Chlorella

Lebenslust (Glücklichmacher)*

Saisonal: Ananas, Bananen, Birnen, Orangen, Zitronen, Papayas, Mango, Passionsfrucht

Chocoloko (Kindheitstraum)*

Carob, Bananen, Hanfsamen, Birnen

Getränke

Aquion-Aktiv-Wasser 0,5 l 2,00€

Nuss-/Kokos- oder Hanfdrink 0,3 l 2,70€

Kakao mit Nuss-/Kokos-/Hanfdrink 0,3 l 3,70€

Tee in diversen Sorten 0,3 l 2,70€

Frisch gepresster Gemüsesaft 0,3 l 8,00€

Kaffee des Hauses, Nuss-/Kokos- oder Hanfdrink, Kokosblütenzucker 0,3 l 3,70€

Frischer Orangen- oder Apfelsaft 0,5 l 5,00€

Weizengrassaftgetränk 0,5 l 5,00€

Fermentationssaft Kombucha/ -Kefir 0,3 l 3,70€

Sparmenü

15,70€

Burger / Wrap /
Lasagne / Spaghetti /
Gorillasalat / Pizza

+

Smoothie 0,5 l /
Orangen-/ Apfelsaft 0,5 l

+

Torte / Beilagensalat

Frühstücks- menü 9,70€

Superfood-Müsli /
belegtes Brötchen / Schoko-
brötchen / Maqui-Bowl

+

Kaffee 0,5 l / Kakao 0,5 l /
Smoothie 0,5 l /
Orangen-/ Apfelsaft 0,5 l

* Unsere Zutaten variieren täglich nach dem saisonalen Angebot.