



Herbst/Winter  
2024



# Plantbased Soulfood

frisch. natürlich. regional.

Take Away, Pick Up, Delivery & Catering





# Gesunder Genuss

BlattReich möchte Dir helfen, Deine Ernährung so gesund und natürlich wie möglich zu gestalten. Unsere Produkte sind vegan und werden aus natürlichen und unverarbeiteten Zutaten hergestellt.

Ja – zu Gesundheit und Lebensfreunde.

Folge uns auf  /BlattReich

 /BlattReich



Von Ernährungsberatern entwickelt



Ohne Geschmackverstärker



Von Natur aus VEGAN



Handgemacht



Vitamin- und mineralstoffreich



Natürlich



Ohne Konservierungs- und Farbstoffe



Frisch und lecker



Ohne Industriezucker



... und lactosefrei

# GREEN SMOOTHIES

Je 400 ml purer Genuss

## ENERGIEQUELLE – Der Nervenstärker

Ananas, Banane, Spinat, Sellerie, Kokosöl,  
Gefiltertes Wasser € 5,90

## GLÜCKSGEFÜHLE – Der Lebensfrohe

Mango, Banane, Kiwi, Spinat, Mangold, Minze,  
Gefiltertes Wasser € 6,50

## HAUCHZART – Der Geschmeidige

Kokoswasser, Ananas, Avocado, Spinat,  
Limette, Minze, Chia-Samen € 7,90

## KLARDENKER – Der Scharfsinnige

Orange, Ananas, Weiße Trauben, Avocado, Spinat,  
Mangold, Walnüsse € 7,50

## LEICHTGEWICHT – Der Stoffwechsler

Kokoswasser, Ananas, Spinat, Orange, Mango € 7,90

## POSTWORKOUT – Der Regenerator

Kokoswasser, Orange, Ananas, Kiwi, Spinat,  
Heidelbeeren, Löwenzahn, Petersilie, Hanfsamen € 8,90

## PREWORKOUT – Der Energiebooster

Mandeldrink, Apfel, Banane, Spinat, Feldsalat, Datteln,  
Kokosöl, Zimt € 7,90

## PUTZMUNTER – Der Mobilmacher

Banane, Ananas, Orange, Mango, Spinat, Feldsalat,  
Ingwer, Petersilie € 7,50



# SHAKES

## ERDBEER SHAKE, 400 ml

Mandeldrink, Erdbeeren, eingefrorene Bananen € 6,90

## BANANEN SHAKE, 400 ml

Mandeldrink, Banane € 6,90

## SCHOKO SHAKE, 400 ml

Mandeldrink, Kakao, eingefrorene Bananen € 6,90



## PUMPKIN SPICE VANILLA PROTEIN SHAKE, 400 ml

Haferdrink, Pumpkin Spice, eingefrorene Bananen,  
Vanilla Protein € 7,90

Unsere täglich frisch zubereiteten Green Smoothies sind roh, vegan und sättigen auf natürliche Weise. Sie bestehen aus grünem Blattgemüse und Obst. Durch die Zugabe von Kokoswasser, Mandeldrink oder speziell gefiltertem Wasser werden sie flüssiger und somit besser trinkbar. Sie sind kulinarische Allrounder als Mahlzeit, Vorspeise oder Snack zwischendurch.

## SPECIAL DRINKS

### HOME MADE GINGER ALE

Sprudelwasser, Ingwer-Lemon-Saft, Ahornsirup € 4,90



### PUMPKIN SPICE SMOOTHIE

Banane, Apfel, Datteln, Kürbispüree, Mandelmilch, Pumpkin Spice € 7,90



### PUMPKIN SPICE LATTE € 5,90

## TORTILLAS

### ITALIAN TORTILLA

Tortilla, Pesto, Tomatensoße, Oliven, eingelegte Tomaten, veganer Käse, Rucola

1 Stück -€ 7,90 / 2 Stück € 15,00

### MEXICAN TORTILLA

Tortilla, Salsa, Avocado, Mais, Tomaten, schwarze Bohnenpaste, veganer Käse, Spinat, Jalapenos, Koriander

1 Stück -€ 7,90 / 2 Stück € 15,00



## ALL DAY SPECIALS

### KALT

### CHIA PUDDING (UNETRSCHEIDLICHE SORTEN)

MandelDrink, Vanille, Chia Samen, Agavensirup ab € 5,90

### MATCHA PROTEIN OVERNIGHT OATS

HaferDrink, Haferflocken, Agavensirup, Matcha Protein Pulver, Passionsfrucht € 6,90

### ACAI BOWL

Banane gefroren, Heidelbeeren gefroren, Acai, MandelDrink, Passionsfrucht, Kiwi, Banane, Home Made Granola, Kokos € 9,90

### AVOCADO BROT (BESTSELLER)

Samenbrot, Avocado, Wildkräutersalat, geröstete Kichererbsen, Sesam, Limette, Salz, Pfeffer, Olivenöl € 7,90

### GRILLED VEGGIE-SANDWICH

Kürbisbrot, vegane Creme, Zucchini Gegrillt, Pilze Gegrillt, getrocknete Tomaten, Olivenöl, Rucola € 7,90

### ROTE BEETE-AVOCADO SANDWICH

Kürbisbrot, Rote Beete Humus, Avocado, Eingelegtes Rotkraut, Wildkräutersalat € 8,90

### WARM

### SÜBKARTOFFEL TOAST

Süßkartoffel, Avocado, Wildkräutersalat, Cashews, Limette, Salz, Pfeffer, Olivenöl, Sesam € 8,90

# BOWLS

KALT

## HARVEST BOWL, kalt

Quinoa, Süßkartoffeln, eingelgtes Rotkraut, Karotten, Pilze angebraten, Rote Beete Humus (home made), Kürbiskerne, Olivenöl **800 ml - € 13,90**



## SUPERFOOD BOWL, kalt

Quinoa, Brokkoli, Wildkräutersalat, Paprika, Rotkraut, Granatapfel, Superfood-Samen-Mischung, Feige, Ahorn-Dijon-Dressing **800 ml - € 13,90**



## POKÉ BOWL, kalt

Reis, Tofu, Karotten, Gurken, Eingelegtes Rotkraut, Edamame, Avocado, Soja-Erdnuss-Dressing **800 ml - € 13,90**

## BUNTE KICHERERBSEN BOWL, kalt

Kichererbsen, Cocktailtomaten, Paprika, Gurke, Rotkraut, Grüne Bohnen angebraten, Avocado, Minze, Koriander, Limette, Olivenöl **800 ml - € 13,90**



WARM



## KÜRBIS-KICHERERBSEN CURRY BOWL, warm

Kürbis, Kartoffeln, Kichererbsen, Kokosmilch, Gewürze, Kürbiskerne, Basmatireis **800 ml - € 14,90**

## YUCATAN BOWL, warm

Tomaten, Kidney Bohnen, Linsen, Mais, Karotte, Paprika, Knoblauch, Zwiebel, Gewürze, Avocado, Koriander, Reis **800 ml - € 13,90**



## VEGAN SWEETS - NACH TAGESANGEBOT

### LEMON BLISS ENERGY BALLS

1 Stück -€ 2,20 / 6 Stück € 12,00

### MATCHA ENERGY BALLS

1 Stück -€ 2,50 / 6 Stück € 14,00

### SUPERFOOD ENERGY BALLS

1 Stück -€ 2,50 / 6 Stück € 14,00

### PROTEIN BARS

1 Stück -€ 3,90

### SUPERFOOD CUPS (FOTO UNTEN)

1 Stück -€ 4,90

### BANANENBROT, 2 STÜCK

Mehl, Bananen, Haferflocken, Nüsse, Pflanzenöl, Zimt, Schokodrops, Agavensirup € 4,90

### RAW VEGAN CAPPUCINO CAKE

Cashews, Haferflocken, Walnüsse, Kokosöl, Datteln, Espresso, Kokosmilch, Vanille, Ahorn Sirup € 5,90

### RAW VEGAN CINNAMON ROLLS

Hafermehl, Mandelmehl, Nusscreme, Ahornsirup, Vanille, Datteln € 3,90





## HERBST / WINTER SPECIALS

Herbst- und Winter-Zeit ist Kürbis-Zeit bei BlattReich!

PUMPKIN SPICE VANILLA PROTEIN SHAKE € 7,90

PUMPKIN SPICE PROTEIN SMOOTHIE € 7,90

PUMPKIN SPICE LATTE € 5,90

PUMPKIN SPICE CHEESECAKE € 6,50

PUMPKIN PIE CHIA PUDDING € 6,90

PUMPKIN SPICE CHIA PUDDING € 5,90

PUMPKIN PIE OVERNIGHT OATS € 6,90

KÜRBIS-KICHERERBSEN-CURRY € 14,90



PUMPKIN BANANA BREAD € 2,90

PUMPKIN PROTEIN BALLS € 2,50

PUMPKIN SPICE GRANOLA € 6,90



## CATERING - FOOD TO SHARE

Du bist auf der Suche nach einem Caterer für Deinen Firmenevent oder Deine private Feier und möchtest etwas besonderes anbieten? Dann bist Du bei uns genau richtig!

In diesem Fall wende Dich bitte an  
**event@blattreich.de**

Wir beraten Dich gerne individuell!!





Wir erarbeiten ein individuelles Angebot basierend auf den besten saisonalen Produkten, um mit Deinen Gästen einen unvergesslichen Event zu feiern.

Unser Catering Angebot umfasst Lieferungen in verpackten Portionen, als auch individuelle Buffets mit qualifiziertem Service und abgestimmter Dekoration.

Gerne senden wir Dir unseren Catering-Katalog.



## COLD PRESSED JUICES

**AKUTGELB** – reich an Eisen und Vit C  
(Apfel, Kurkuma, Orange, Zitrone)

**GRÜNWERK** – reich an Calcium und Eisen  
Apfel, Spinat, Kohl, Limette, Ingwer, Petersilie,  
Minze, Sellerie

**GRÜNEWIESE** – reich an Vit A, Vit E und Vit C  
Apfel, Gurke, Mangold, Kohl, Zitrone, Löwenzahn,  
Sellerie

**KRAFTORANGE** – reich an Vit A und Iodid  
Apfel, Karotte, Orange, Zitrone

**LEICHTROSA** – reich an Vit C  
Apfel, Granatapfel, Zitrone

**LILATRAUM** – reich an Vit C  
Futuromelone, Brombeeren, Limette

**ROSABRISE** – reich an Iodid & Vit C  
Wassermelone, Zitrone

**ROTERSPASS** – reich an Folsäuren, Vit A und Vit C  
Apfel, Karotte, Rote Beete, Zitrone, Ingwer

**STRAHLEGELB** – reich an Vit C  
Apfel, Ananas, Zitrone, Minze

**TROPENGRÜN** – reich an Vit A und Vit C  
Ananas, Apfel, Orange, Spinat, Kohl, Ingwer, Zitrone

**ZARTPINK** – reich an Vit C  
Ananas, Apfel, Orange, Spinat, Kohl, Ingwer, Zitrone



je - € 6,95

**Probierangebot:**  
3 Flaschen - € 15,00  
6 Flaschen - € 25,00

Unsere Cold Pressed Juices sind nicht erhitzt und nicht konserviert. Sie enthalten nur natürlichen Fruchtzucker und sind daher 7 Tage haltbar. Unser Hochdruck-Kaltpress-Verfahren sorgt dafür, dass Nährstoffe unzerstört extrahiert und nicht durch die Oxidation mit der Luft zerstört werden. In einer Flasche kalt gepresster Saft stecken hochwertige pflanzliche Stoffe aus bis zu 2 kg Obst und Gemüse.



## NUT DRINKS

### MANDELNATUR – Der Reine

Gefiltertes Wasser, Mandeln, Datteln, Himalaya Salz € 4,90

### MANDELSCHOKO – Der Kakaohaltige

Gefiltertes Wasser, Mandeln, Datteln, Himalaya Salz, Natürliche Vanille, Rohes Kakao Pulver € 5,50

### MANDELVANILLA – Der Süße

Gefiltertes Wasser, Mandeln, Datteln, Himalaya Salz, Natürliche Vanille € 5,50



## SHOTS

### INGWER SHOT, 30 ml

80 % Ingwer, 20 % Zitrone € 2,90

### SELLERIE SHOT, 30 ml

100 % Sellerie € 2,90

### KURKUMA SHOT, 30 ml

20 % Ingwer, 20 % Kurkuma, 20 % Zitrone, 40 % Orange, Schwarzer Pfeffer € 2,90

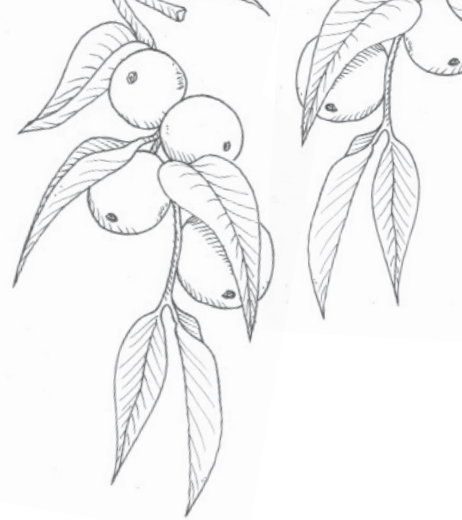
Unsere Getränke werden in Glasfläschchen geliefert. Wir verrechnen 2,00 EUR Pfand. Bei Rückgabe bekommst du ihn selbstverständlich zurück.

Mandeln zählen zu den Nüssen mit den meisten Nährstoffen. Unsere selbst hergestellten MandelDrinks sind cremig-süß, lactosefrei und natriumarm. Dafür haben sie einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren und enthalten jede Menge Protein. Sie haben mehr Calcium als Vollmilch, dafür aber kein Cholesterin. Genieße sie in drei unterschiedlichen Geschmacksrichtungen: Vanille, Schoko oder einfach Natur!

## CLEANSING-PACKAGES

Reinige Deinen Körper ganzheitlich mit unseren Cleansing-Packages. Jede Saftkur kann über einen beliebigen Zeitraum von bis zu 10 Tagen bestellt werden. Pro Tag erhältst Du 6 Flaschen.

Du möchtest Deine Saftkur selber zusammenstellen oder hast Allergien und Unverträglichkeiten, dann kontaktiere uns, damit wir sie individuell Deinen Bedürfnissen anpassen können. Wir beraten Dich gerne - wir freuen uns auf Deine Anfrage!



### SOFTCLEANSE – Cleansing-Package Level 1    INTENSIVCLEANSE – Cleansing-Package Level 2

- 1 x ScharfeLimo Nach dem Aufstehen
- 1 x MandelVanilla Vormittags
- 1 x GrünWerk Mittags
- 1 x StrahleGelb Früher Nachmittag
- 1 x KraftOrange Später Nachmittag
- 1 x RoterSpaß Abends

**Beschreibung:** Diese Saftkur ist ideal für diejenigen, die noch wenig oder keine Erfahrungen mit Cleansing und Entgiftung haben. Die Saftkur bietet die Vorteile von Cold Pressed Juices in Verbindung mit MandelDrink, der für ausreichend Protein und Sättigung sorgt.

- 1 x ScharfeLimo Nach dem Aufstehen
- 1 x MandelSchoko Vormittags
- 1 x AkutGelb Mittags
- 1 x KokosWasser Früher Nachmittag
- 1 x RoterSpaß Später Nachmittag
- 1 x GrüneWiese Abends

**Beschreibung:** Diese Saftkur ist für diejenigen, die bereits einen gesunden Lebensstil haben, jedoch manchmal auch zu weniger gesunden Sachen greifen. Sie enthält eine Mischung aus grünen Säften mit Frucht-Elementen, die mit KokosWasser und MandelDrink abgerundet wird.

## EXTREMCLEANSE – Cleansing-Package Level 3

- 1 x ScharfeLimo Nach dem Aufstehen
- 1 x TropenGrün Vormittags
- 1 x GrüneWiese Mittags
- 1 x StrahleGelb Früher Nachmittag
- 1 x KokosWasser Später Nachmittag
- 1 x GrünWerk Abends

**Beschreibung:** Das ist unsere ultimative Saftkur! Sie eignet sich am besten für diejenigen, die bereits Erfahrungen mit Cleansing und einem gesunden Lebensstil haben. Diese Saftkur beinhaltet ausschließlich grüne Säfte in Verbindung mit Kokoswasser – die geringste Menge an Früchten und die maximale Menge an grünem Blattgemüse.

### WÄHLE DEINEN ZEITRAUM:

- 1 Tag: 45 EUR (Probetag)
- 3 Tage: 129 EUR
- 5 Tage: 219 EUR
- 7 Tage: 299 EUR
- 10 Tage: 429 EUR

Die FAQs zu unseren  
Cleansing-Packages findest Du unter  
[www.BlattReich.de](http://www.BlattReich.de)

Du kannst uns aber auch gerne  
kontaktieren: [info@blattreich.de](mailto:info@blattreich.de)





## Jetzt bestellen:

Web: [www.BlattReich.de](http://www.BlattReich.de)

Tel Shop Bad Homburg: 06172-5935669

Tel Shop Oberursel: 06171-8942179

Rückfragen & Feedback : 0172-6811547



Free Delivery ab € 30,00

- ✓ Bad Homburg & Oberursel (ab € 30,00)
- ✓ Friedrichsdorf (ab € 40,00)
- ✓ Königstein & Kronberg (ab € 50,00)
- ✓ Frankfurt (ab € 50,00)

... weitere Orte gerne auf Anfrage  
Take Away in unseren Delis

- ✓ BlattReich Bad Homburg  
Louisenstr. 52, 61348 Bad Homburg  
Mo-Fr 09-18 Uhr, Sa 10-18 Uhr
- ✓ BlattReich Oberursel  
Schellbachstr. 7, 61440 Oberursel  
Mo-Fr 10-14 Uhr

 /BlattReich

 /BlattReich

Stand: Nov 2024