BLATT REICH

Juicery, Vegan Food & more

frisch. natürlich. regional.vegan.

Pick Up oder kostenlose Lieferung*

* ab 10,00 € in Frankfurt und Vordertaunus

Green Smoothies

Je 400 ml purer Genuss

EnergieQuelle – Der Nervenstärker
Gefiltertes Wasser, Ananas, Banane, Spinat, Sellerie, Kokosöl **€ 4,95**

GlücksGefühle – Der Lebensfrohe
Gefiltertes Wasser, Mango, Banane, Kiwi, Spinat, Mangold, Minze **€ 5,50**

HauchZart – Der Geschmeidige
Kokoswasser, Ananas, Avocado, Spinat, Limette, Minze, Chia-Samen **€ 7,95**

KlarDenker – Der Scharfsinnige
Gefiltertes Wasser, Orange, Ananas, Weiße Trauben, Avocado, Spinat, Mangold, Walnüsse **€ 6,50**

LeichtGewicht – Der Stoffwechsler
Kokoswasser, Ananas, Spinat, Orange, Mango **€ 7,95**

PostWorkout – Der Regenerator
Kokoswasser, Orange, Ananas, Kiwi, Spinat, Heidelbeeren, Löwenzahn, Petersilie, Hanfsamen **€ 8,50**

PreWorkout – Der Energiebooster
Mandeldrink, Apfel, Banane, Spinat, Feldsalat, Datteln, Kokosöl, Zimt **€ 6,95**

PutzMunter – Der Mobilmacher
Gefiltertes Wasser, Banane, Ananas, Orange, Mango, Spinat, Feldsalat, Ingwer, Petersilie **€ 6,50**

Unsere täglich frisch zubereiteten Grünen 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.

Unsere Becher sind aus PLA und bieten die vorteilhafte Optik von Kunststoffbechern und sind zugleich vollkommen biologisch abbaubar. PLA wird aus der Stärke des Maiskorns gewonnen. Im Gegensatz zu Kunststoff wird in der Produktion kein Erdöl, sondern nur der nachwachsende Rohstoff Mais eingesetzt.

Breakfast - Cold

je 300 ml

Vanille Chia Pudding
MandelDrink, Vanille, Chia Samen, Agavensirup, Kiwi, Heidelbeeren, Kokosflocken, Minze **€ 4,90**

Schoko Chia Pudding
MandelDrink, Vanille, natürlicher Kakao Pulver, Chia Samen, Agavensirup, Kakao Nibs, saisonale Früchte **€ 5,50**

Lavendel Chia Pudding
MandelDrink, Vanille, Lavendel, Agavensirup, Chia Samen, Brombeeren **€ 5,90**

Matcha Chia Pudding
MandelDrink, Vanille, Matcha, Chia Samen, Agavensirup, Mango, Minze **€ 5,90**

Piña Colada Chia Pudding
KokonutDrink, Vanille, Chia Samen, Agavensirup, Ananas, Kokosnus **€ 5,50**

Zimt Apple Pie Chia Pudding
KokonutDrink, MandelDrink, Vanille, Chia Samen, Ahornsyrup, Apfelmuss, Äpfel, Honig, Zimt **€ 5,90**

Kennst Du Chia Sammen? ..wenn nicht, dann solltest Du das unbedingt wissen:
- Proteinlieferant: Chia besteht aus bis zu 38% Chia-Öl und zu ca. 20% aus Protein.
- Mehr Kalzium als in Vollmilch: Mit nur einem Teelöffel Chia-Samen deckst Du deinen täglichen Kalziumbedarf. Kalzium ist vor allem für den Knochen- und Zahnaufbau wichtig.
- Gesunde Fette: In Chia-Samen stecken wertvolle Omega-3-Fettsäuren. Schon allein in zwei Teelöffeln Chia-Samen steckt das dreifache Deines Tagesbedarfs an Omega-3-Fettsäuren.
- Gut für die Verdauung: Chia-Samen enthalten viele Ballaststoffe, welche den Darm anregen und Dich lange sättigen.

Avocado Brot
Samenbrot, Avocado, Radieschen, Cocktailtomaten, Sesam, Kürbiskerne, Limette, Salz, Pfeffer **€ 5,90**

Coconut Cashew Muesli
MandelDrink, Vanille, Haferflocken, Ahornsirup, Zimt, Zitrone, Granny Smith **€ 6,90**

Kurkuma-Zimt Overnight Oats
MandelDrink, Vanille, Flohsamenschalen, Haferflocken, Ahornsirup, Kurkuma, Zimt, Mango **€ 7,50**

Breakfast - Warm

je 300 ml

Schoko-Tahini-Porridge
Haferflocken, Hafermilch, Tahini, Vanille, Agavensirup, natürlicher Kakao Pulver, Kakao Nibs, Kokosflocken, Heidelbeeren **€ 5,50**

Kokosnuss Rice Porridge
KokonutDrink, Jasmin Reis, Agavensirup, Vanille, Orangenschale, Mango, Hanfsamen **€ 5,90**

Zimt- Quionoa Porridge
MandelDrink, Quinoa, Vanille, Zimt, Kardamom, Agavensirup, karamelisierter Apfel in Honig und Kokosöl **€ 5,90**

Ayurvedischer Porridge
MandelDrink, Vanille, Zimt, Kurkuma, Ingwer, Agavensirup, Ghee, Haferflocken, Nussmus, Obst nach Saison (z.B. Trauben, Apfel Banane, Birne) **€ 6,50**

Spirulina - Porridge
KokonutDrink, Spirulina, Haferflocken, Agavensirup, Banane, Beeren, Kokoschips **€ 6,50**

Vanille - Matcha - Hafer Porridge
MandelDrink, Vanille, Matcha, Haferflocken, Agavensirup, Kiwi, Heidelbeeren, Banane, Kokosflocken **€ 6,50**

Solltet Ihr glutenfreier Porridge bevorzugem, so ist das selbstverständlich auch gegen den Aufpreis von 1,00 EUR pro Portion möglich.

Belgische Waffeln (mit Ahornsirup oder Puderzucken), 1 Stück
Weizenmehlmehl, SojaDrink, Vanille, Brauner Naturzucker, Beeren **€ 4,90**

Pancaces (mit Ahornsirup oder Zimt und Naturzucker), 4 Stück
Weizenmehl, MandelDrink, Vanille, Agavensirup, Pflanzenöl, Essblumen **€ 4,90**

Crêpes (Zimt und Naturzucker), 2 Stück
Weizenmehl, MandelDrink, Vanille, Agavensirup, Pflanzenöl **€ 5,90**

Crêpes (mit eigenem Fruchtaufstrich - bitte Verfügbarkeit nachfragen), 2 Stück
Weizenmehl, MandelDrink, Vanille, Agavensirup, Pflanzenöl **€ 6,90**

Suppen

je 400 ml, warm

Spinat-Kokos-Cremesuppe
Spinat, Zwiebel, Kokosmilch, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Home Made Gemüsebrühe **€ 5,90**

Brokkoli-Kokos-Ingwer-Cremesuppee
Brokkoli, Kokosmilch, Zwiebel, Salz Pfeffer, Ingwer, Home Made Gemüsebrühe **€ 5,90**

Blumenkohl-Kokos-Curry-Cremesuppe
Blumenkohl, Zwiebel, Knoblauch, Curry, Kokosmilch, Home Made Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer **€5,90**

Rote Beete-Kartoffel-Lauch-Cremesuppe
Rote Beete, Kartoffel, Lauch, Zwiebel, Kreuzkümmel, Knoblauch, Kokosöl, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer **€5,90**

Süßkartoffel-Karotte-Chili-Cremesuppe
Süßkartoffel, Karotten, Chili, Zwiebel, Knoblauch, Home Made Gemüsebrühe, Kurkuma, Kokosmilch **€ 5,90**

Asia Suppe
Karotten, Erbsen, Wirsing, Pastinake, Paprika, Porree, Kaiserschitten, Bambussprossen, Mungobohnenkaime, Soja Soße, Kokosmilch, Home Made Gemüsebrühe **€ 5,90**

Zucchini-Erbsen-Kokos-Cremesuppe
Zucchini, Erbsen, Kokosmilch, Zwiebel, Knoblauch, Chili, Zitrone, Thymian, Olivenöl, Home Made Gemüsebrühe **€5,90**

je 400 ml, kalt

White Gazpacho
Gurke, Mandeln, Schalotte, Knoblauch, Weiße Trauben, weißes Brot, Olivenöl, Essig, Salz, Pfeffer **€ 5,50**

Kalte Gurkenschale
Gurke, Avocado, Frühlingszwiebel, Knoblauch, Limette, Olivenöl, Basilikum, Dill, Salz, Pfeffer **€ 5,90**

Zucchini Gazpacho
Zucchini, Gurke, Paprika, Frischer Zwiebel, Knoblauch, frische Kräuter, Zitronensaft, Olivenöl, Chili, Pfeffer, Salz **€5,90**

Kalte Gemüse-Cremesuppe
Gurke, Paprika, frischer Zwiebel, Knoblauch, Basilikum, Chilischote, Staudensellerie, Toastbrot, Weißweinessig, Olivenöl, Pfeffer, Salz **€ 5,90**

Kalte Avocadosuppe
Avocado, Frühlingszwiebel, Limette, Olivenöl, Koriander, Olivenöl, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer **€7,90**

Unsere Suppen werden in Einmachgläsern geliefert. Wir verrechnen 0,50 EUR Pfand. Bei Rückgabe bekommt ihr das Pfand zurückerstattet.

Bowls - kalt

Bunter Kichererbsen Bowl
Kichererbsen, Avocado, Rotkohl, Gurke, Gelbe Paprika, Radieschen, Minze, Prinzessbohnen, Cocktailtomaten, Roter Zwiebel, Limette, Koriander, Olivenöl
400 ml - € 4,90 / 650 ml - € 6,90 / 800 ml - € 9,90

Unicorn Bowl
Reis Nudeln mit natürlichen Farbstoffen aus Rotkohl, Soja Bohnen, Avocado, Sesam, Blumenkohl, Rotkraut, Gurke, Sesam-Limetten-Dressing
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Soba Nudeln Bowl
Soba Nudeln, Avocado, Paprika, Gurke, Rotkraut, Roter Zwiebel, Minze, Koriander, Sesam, Limette, Asia-Dressing
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Bunter Quinoa Bowl
Quinoa, Koriander, Roter Zwiebel, Karotten, Mais, Mandeln, Rotkraut, Paprika, Avocado, Olivenöl, Limette, Dijon-Mustard, Kumin, Honig
400 ml - € 4,90 / 650 ml - € 6,90 / 800 ml - € 9,90

Green Goodness Bowl
Reis Nudeln mit natürlichen Farbstoffen aus unserem Cold Pressed Juice RoterSpaß in Limetten-Sesamöl-Dressing, Sojabohnen, Avocado, Brokkoli, Brechbohnen, Sesam
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Mexican Bowl
Mais, Kichererbsen, Koriander, Tomaten, Rotkraut, Roter Zwiebel, Grüne Bohnen, Cayenne Pfeffer, Guacamole
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Bowls - warm

California Bowl
Avocado, Zucchini, Knoblauch, Brokkoli, Prinzessenbohnen, Süßkartoffelpuree mit Ingwer, Cocktailtomaten, Limette, Sesam
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Curry Bowl
Kichererbsen, Zucchini, Auberginen, Kartoffel, Naturreis, Curry, Knoblauch, Zwiebel, Kokosmilch
400 ml - € 4,90 / 650 ml - € 6,90 / 800 ml - € 9,90

Ratatouille Cous Cous Bowl
Zucchini, Auberginen, rote Paprika, gelbe Paprika, Roter Zwiebel, Tomaten, Knoblauch, Thymian, Oregano, Basilikum, Rosmarin, Lavendel, Cous Cous, Olievnöl
400 ml - € 4,90 / 650 ml - € 6,90 / 800 ml - € 9,90

Green Quinoa Pesto Bowl
Quinoa, Avocado, Brokkoli, Zucchini, Basilikum, Zitrone, Sprossen, Olivenöl, Home Made Pesto t, Avocado, Limette
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Kokosreis Edamame Bowl
Naturreis in Kokos-Teryaki Soße, Edamame, grüne Paprika, Karotten, Radieschen, Avocado, Minze, Sesam
400 ml - € 5,90 / 650 ml - € 7,90 / 800 ml - € 10,90

Veggie Bowl
Brokkoli, Zucchini, Champignons, Brechbonen, Knoblauch, Oliveöl, Chili, Salz, Pfeffer, Rosmarin
400 ml - € 4,90 / 650 ml - € 6,90 / 800 ml - € 9,90

Vegan Sweets - nach Tagesangebot

Schoko Energy Balls
Datteln, Mandeln, natürlicher Kakao, MandelDrink
1 Stück -€ 1,50 / 6 Stück € 8,00

Zitronen Kokos Energy Balls
Cashews, Haferflocken, Kokosflocken, Datteln, Chia, Bio-Zitronenschale
1 Stück -€ 1,50 / 6 Stück € 8,00

Apple Pie Energy Balls
Mandeln, Pekannüße, Datteln, Getrocknete Apfel, Rosinen
1 Stück -€ 1,70 / 6 Stück € 9,40

Mango Kokos Energy balls
Mango, Kokosflocken, Datteln, Mandeln, Bio-Zitronenschale, Cashews
1 Stück -€ 1,70 / 6 Stück € 9,40

Blueberry Lime Energy Balls
Heidelbeeren, Datteln, Haferflocken, Kokosflocken, Vanilleextrakt, Limettenschale
1 Stück -€ 1,70 / 6 Stück € 9,40

Datteln Cashew Power Bites
Cashews und Datteln **€ 4,90 (2 Stück)**

Exotische Frucht Bowl
Kiwi, Mango, Papaya, Pitaya, Ananas, Passionsfrucht
€ 7,90

Wir haben auch Muffins und andere vegane Sweets tagesfrisch im Angebot! Bitte immer nachfragen!

Brownies
Mehl, Kakao, Brauner Zucker, Pflanzenöl, Vanilleextrakt, Backpulver **€ 4,90 (2 Stück)**

Zitroenenkuchen
Mehl, Pflanzenmilch, Brauner Zucker, Pflnzenmilch, Backpulver, Vanilleextrakt, Zitronenshcale (bio), Zitronensaft, puderzucker **€ 5,90 (2 Stück)**

Saftiger Schokokuchen
Mehl, Kakao, Brauner Zucker, Pflanzenöl, Vanilleextrakt, Backpulver , Sojamilch **€ 4,90 (2 Stück)**

Avocadocreme
Avocado, KokosDrink, Kokosblüttenzucken, Kokoschips
€ 5,50

Mango-Kokos Creme
Mango, Kokosmilch, Kokosflocken **€ 5,50**

Raw Vegan Erdbeer Cake
Teig aus Haferflocken und Datteln, Creme aus Erdbeeren, Cashews, Kokosöl, Agavensirup **€ 5,90**

Raw Vegan Mango Cake
Teig aus Haferflocken und Datteln, Creme aus Mango, Cashews, Kokosöl, Agavensirup **€ 6,50**

Vegane Boxen

NEU! NEU! NEU! NEU! NEU! NEU!

Wir bieten momentan unterschiedliche Packages mit veganen Boxen an!

Die Boxen sind auch separat erhältlich für € 16,90

Solltet Ihr Fragen haben, so beantworten wir sie gerne unter: info@blatterich.de

Jedes Wochenende bieten wir Yoga (auch online) und Brunch Boxen an!

Wein Boxen mit veganen Snacks und
1 Flasche Wein (weiß, rosé oder rot) dazu!

Die Boxen wechseln wöchentlich und
kosten 24,90 EUR (inkl. Wein)

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 udn Vit C
Apfel, Gurke, Mangold, Kohl, Zitrone, Löwenzahn, Sellerie

KraftOrange – reich an Vit A und Iodid
Apfel, Karotte, Ornage, Zitrone

LeichtRosa – reich an Vit C
Apfel, Granatapfel, Zitrone

LilaTraum – reich an Vit C
Futoromelone, 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

StrahlGelb – 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

330 ml PET Flasche - € 6,95
3 Flachen à 330 ml - € 15,00
6 Flachen à 330 ml - € 25,00

150 ml Glasflasche - € 3,90
3 Flachen à 150 ml - € 10,00
5 Flachen à 330 ml - € 15,00

Unsere Cold Pressed Juices sind nicht erhitzt und nicht konserveirt. 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 330 ml Flasche kalt gepresster Saft stecken hochwertige pflanzliche Stoffe aus bis zu 2 kg Obst und Gemüse.

Nut Drinks

Je 330 ml basischer Nut Drink

MandelNatur – Der Reine
Gefiltertes Wasser, Mandeln, Datteln, Hymalaya Salz **€ 4 ,90**

MandelSchoko – Der Kakaohaltige
Gefiltertes Wasser, Mandeln, Datteln, Hymalaya Salz, Natürliche Vanille, Rohes Kakao Pulver **€ 5,50**

MandelVanilla – Der Süße
Gefiltertes Wasser, Mandeln, Datteln, Hymalaya Salz, Natürliche Vanille **€ 5,50**

Shots

Ingwer Shot, 30 ml
80 % Ingwer, 20 % Zitrone **€ 2,50**

Sellerie Shot, 30 ml
100 % Sellerie **€ 2,50**

Unsere Shots werden in Glasfläschchen geliefert. Wir verrechnen 0,50 EUR Pfand. Bei Rückgabe bekommt ihn selbstverständlich zurück.

Cold Brew Coffee

Cold Brew Coffee, 330 ml
KokosDrink, Kaffee, Maca Pulver, Vanille **€ 4,90**

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. Genießen 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 Zeitraum von bis zu 10 Tagen bestellt werden. Pro Tag erhälst Du 6 Flaschen à 330 ml.

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!

SoftCleanse – Cleansing-Package Level 1

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

Umfang: 6 Flaschen à 330 ml

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.

IntensivCleanse – Cleansing-Package Level 2

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

Umfang: 6 Flaschen à 330 ml

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

Umfang: 6 Flaschen à 330 ml

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 nur 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

6 Flaschen à 330 ml

Die FAQs zu unseren Cleansing-Packages findest Du unter www.BlattReich.de

Du kannst uns aber auch gerne kontaktieren: info@blattreich.de

Unser Shop in Bad Homburg

Anfang Oktober 2020 haben wir unseren zweiten To Go Shop in Bad Homburg, Waisenhausstraße 9, eröffnet.

Wir bieten dort nur exklusive, vegane und hochwertige Produkte an!

Zusätzlich zu den im Menü erwähnten Produkte bieten wir im Shop noch...

Auszug aus unserem Angebot:

- Bio vegane Schokoladen
- Vegane, glutenfreie Cookies und Snacks
- Veganer Cheeze
- Außergewöhnliche Bio Tees, Turmerics, Matchas und Trinkschokoladen
- Öle
- Exklusiven Kaffee
- tolle Weine!

...und viel mehr!

Und das Gute daran ist das Meiste davon kann vor dem Kauf gekostet werden.

Wir freuen uns auf Deinen Besuch!

BLATT REICH

Jetzt bestellen auf

Web: www.BlattReich.de **Tel:** 06172-4956803

Email: info@blattreich.de **WhatsApp:** 0172-6811547

Kostenlose Lieferung ab € 10,00

- Frankfurt
- Bad Homburg
- Oberursel
- Kronberg
- Königstein

... weitere Orte gerne auf Anfrage

Abholung in unseren To Go Shops

- BlattReich Bad Homburg
  Waisenhaisstraße 9, 61348 Bad Homburg
  Mo-Do 10-16 h, Fr 10-18 h, Sa 10-16 h
- BlattReich Oberursel
  Niederstädter Str. 12, 61440 Oberursel
  Mo 9-13h, Di 8-14 h, Mi-Fr 11-13 h

/BlattReich
/BlattReich

Stand: Dez 2020