

nouveaux

FRÜHLING 2015 | Ausgabe N° 1

NEU!

Mode & Beauty

77 vegane Schuhe & Taschen
(garantiert Öko-Latschen-frei).

Plus: Blumenlooks, Nail Art,
DIY, Streetstyles

Liebe & Leben

Wie viel Fleisch verträgt
die Liebe? Sind wir eine
Parallelgesellschaft?

Die Antworten ab S. 66

Genuss & Lifestyle

Frische Kräuter, reine Weine
– und eine Reise in die wohl
lässigste Stadt Europas

A magazine for vegan fashion & green lifestyle

DE: 6,90 EUR
CH: 9,50 CHF
LUX: 7,90 EUR



Breakfast • Lunch • Dinner MÜNCHEN

Vegan essen gehen in einer fremden Stadt? Nicht so einfach. Deswegen stellen wir in jeder Ausgabe drei Locations vor, deren Speisekarte auch uns etwas zu bieten hat. Diesmal: Die Hauptstadt der Haxn, München



Breakfast:
Louis Hotel

Wo ist das?
Am Viktualienmarkt 6

Was gibt's da?

Ein Brunch-Buffer für alle! Ungefähr die Hälfte des Angebots geht für die Fleisचेierkäsemilchfans drauf, der Rest ist vegan. Und dabei ziemlich überraschend: Statt Tofu-Rührei und Analogkäse gibt's zum Beispiel Kichererbsen- und Schokoaufstrich, gebratene Ananas, Lotuswurzeln, Gemüse-Quiche, Couscous- und Rote-Bete-Salat. Muss man alles durchprobieren, das geht einfach nicht anders!

Wie ist es da?

Modern und schick mit Retro-Touch. Das Louis wurde von der Zeitschrift „Monocle“ als „Best New European Hotel“ ausgezeichnet und ist Mitglied der Design-Hotels-Gruppe. Am Fenster kann man mampfend auf den Viktualienmarkt gucken, zum Verdauen setzt man sich in die Lounge an den Kamin. Also ziemlich nice alles!

Was kostet das?
24,50€

louis-hotel.com



Lunch:
Gratitude

Wo ist das?
In der Türkenstraße 55, im Uni-Viertel.

Was gibt's da?

Nach dem Vorbild des Café Gratitude in Kalifornien gibt es hier ausschließlich rein pflanzliche Gerichte. Zum Beispiel Zucchini-Pasta oder Thai Curry, plus Suppen, Salate, Nachtische. Fleisчерsatzprodukte aus Tofu und Seitan sucht man vergeblich. Die Küche ist kreativ: Da wird sich richtig Mühe gegeben, das sieht und schmeckt man. Allerdings kann es schon mal länger dauern, bis man sein Essen bekommt. Wie auch immer – omninom!

Wie ist es da?

Übersichtlich, schlicht und einfach, trotzdem stylisch. Publikum: gemischt. Hier gehen auch Fleischesser hin, die mal vegan ausprobieren wollen.

Was kostet das?

Eigentlich nicht billig, der Laden. Aber mittags kriegt man schon mal eine Suppe für 5€ oder ein Curry für einen knappen Zehner. Passt scho, wie der Münchner sagt.

gratitude-restaurant.de



Dinner:
Kismet

Wo ist das?
Löwengrube 10 (City)

Was gibt's da?

Vegetarisch-orientalische Spezialitäten wie Mezze (Vorspeisen), Gözleme (Fladenbrot), Salate, Tajin (marokkanische Tontöpfe), Thali (Curries) und Desserts. Ungefähr die Hälfte der Karte ist vegan, die meisten vegetarischen Gerichte lassen sich problemlos veganisieren. Wer sich vom oberleckeren Kichererbsen Mousse losreißen kann, zieht sich in der Bar im Obergeschoss noch ein paar exotische Cocktail-Kreationen rein (Marrakesch Mule, Beirut Punch, Damaskus Daisy).

Wie ist es da?

Schick und hip. Die Location ist ein ziemlicher Hammer (eine ehemalige Bäckerei), das Interior ultramodern durchdesignt, die Bedienungen extrem zuvorkommend. Tipp für Reservierungen: Der vordere Raum ist ruhiger als der hintere.

Was kostet das?

Gözleme ab 4,50€, Salate und Hauptspeisen um 15€.

kismet.cc