

DAS PANKOWER RESTAURANT FÜR GENUSS, GESUNDHEIT & NACHHALTIGKEIT.

Alle Köstlichkeiten sind **bio, vegan und ohne Zuckerzusatz**.

Unsere Küche ist zudem **zu 100% glutenfrei**.

Frühstück und die Brunch Etagere gibt es bei uns zu jeder Tageszeit,

denn es ist nie zu spät für ein zweites Frühstück!

Natürlich findest Du auch leckere Speisen als Mittagstisch
und himmlische, gesündere Desserts.



DIE GESCHICHTE

Gesundheit ist unbezahlbar. Unsere Gründerin lernte dies bereits in jüngeren Jahren durch eine schlimme Krankheit. Doch Aufgeben kam für sie nicht in Frage. Sie entschied sich aus vollem Herzen: Lebensstil umkrempeln. Gesund ernähren. In Balance kommen. Aus dem großen persönlichen Umbruch und all ihrem Wissen über gesunde Ernährung wurde schnell eine inspirierende und "leckere" Mission:
Ihre eigenen Kreationen mit der Welt zu teilen. Und es jedem zu ermöglichen, gesund zu genießen.

DAS BESONDERE

TRIVITYS ist ein Ort, an dem sich Genuss, Gesundheit und Nachhaltigkeit verbinden. Alle unsere handgemachten Produkte sind einzigartig, lecker, vollwertig und natürlich. Wir entwickeln immer neue gesunde Produkte und Gerichte. Erlesene Superfoods werden in einer perfekten Zusammensetzung integriert: beste bio-vegane, überwiegend regionale Zutaten sind selbstverständlich.

Alle Rezepte entwickeln wir selbst und leben unsere Kreativität aus.

Weil gesund natürlich lecker schmeckt!

BITTE BESTELLE UND BEZAHLE AM TRESSEN. DANKE!



BIO WARME GETRÄNKE

KAFFEE SPEZIALITÄTEN

	€
Espresso Ristretto Lungo	2,5
Espresso Doppio Macchiato	3,9
Café Crema	3,3
Americano	3,5
Cappuccino	4,2
Flat White	4,9
Latte Macchiato	4,9
Heiße Schokolade	4,9
Schoko-Schock: heiße Schokolade mit Espresso (Moccaccino)	5,9
Babyccino	2,2
Extra Espresso Shot	1,9



TEESPEZIALITÄTEN

Schwarz Grün Waldkräuter Brennessel Rooibos Nana Minze Tigertee	3,5
Oolong - sehr feiner grüner Tee aus China	4,9
<u>Frischer Tee:</u>	4,7
Ingwer+Apfel Ingwer+Minze Ingwer+Kurkuma Ingwer+Zitrone Thymian+Orange Apfel+Rosenblüten Hibiskusblüten	

SUPERFOODS LATTE

Morning Power: Maca+Kakao+Guaraná	5,9
Dark Energy: Chaga+Kakao <u>oder</u> Chaga+Espresso	6,9
Health Booster: Reishi+Maitake+Coriolus+Rote Beete+Kokosblütenzucker	6,9
Green Oasis: Matcha+Gerstengras+Zitronengrass	5,9
Matcha Love: Matcha pur	5,9
Inner Fire: Rote Bete+Kakao+Chilli	4,9
Pink Love: Rote Bete pur	4,9
Golden Milk: Kurkuma+Ingwer+Zimt+Kardamom+Cayenne Pfeffer	4,9
Masala Chai: Kardamom+Zimt+Nelken+Ingwer+Schwarzer Pfeffer	4,9
Dirty Chai: Masala Chai+Espresso	5,9
Blue Lagoon: Spirulina+Rosmarin+Vanille	6,9

AUF EIS +1

Wähle zwischen Hafer-(glutenfrei), Soja- Mandel-, Kokos-Mandel-Drink ohne Aufpreis.

Hinweis: Bei Fragen zu den Allergenen bitte die
Zutatenliste am Tresen einsehen.- DE-ÖKÖ-070 -



ALLE ZUTATEN STAMMEN AUS
KONTROLLIERT BIOLOGISCHEM ANBAU.

BITTE BESTELLE UND BEZAHLE AM TRESSEN. DANKE!



BIO KALTE GETRÄNKE

IMMUNITY BOOSTER:

FRISCH GEPRESSTE SÄFTE AUS BIO-OBST UND -GEMÜSE 0,4L

€

Wilde Möhre: Möhren+Apfel+Süßkartoffel+Ingwer, opt. Öl	6,9
Goldener Apfel: Apfel+Möhre+Kurkuma+Cayenne, opt. Öl	6,9
Fire Starter: Ingwer+Kurkuma+Apfel+Rote Bete+Cayenne, opt. Öl	6,9
Detox Pur: Apfel+Sellerie+Gurke+Zitrone	6,9

SHOTS 5CL

Ingwer+Zitrone Kurkuma+Orange Feuershot: Ingwer+Kurkuma+Rote Bete	3,9
---	-----

SÄFTE & SCHORLEN

Ostmost Streuobst | Proviant 0,33L

Apfel+Minze +Johannisbeere +Rhabarber Paradies Maracuja & Orange	3,5
--	-----

Charitea 0,33L

Mate Ginger zuckerfrei Rooibos-Passionsfrucht Tee	3,5
---	-----

Guaven Limonade, 0,33L

Holunder+Minze Ingwer+Kurkuma Mango+Limette	3,5
---	-----

ERFRISCHENDE GETRÄNKE

Hausgemachte Limonade 0,4L	5,9
----------------------------	-----

Alkoholfreies Bier 0,33L	3,5
--------------------------	-----

Mineralwasser Rheinsberger Preussenquelle 0,5L

still classic	3,9
-----------------	-----

Extras 2,9

- Maca
- Gerstengras
- Guaraná
- Rote Beete
- Kakao (gemischt, roh und geröstet)



Hinweis: Bei Fragen zu den Allergenen bitte die Zutatenliste am Tresen einsehen.- DE-ÖKÖ-070 -



ALLE ZUTATEN STAMMEN AUS
KONTROLLIERT BIOLOGISCHEM ANBAU.

BITTE BESTELLE UND BEZAHLE AM TRESEN. DANKE!



BIO SÜSSER GENUSS

- PERFEKT ZUM TEILEN -

	€
SweetTella	17
Kokos-Mandel "Joghurt" mit hausgemachtem Granola, Gemüsetortilla mit DATYS Schokoaufstrich (roh) und Banane, Tahini (roh), Überraschungs Raw Petit, Bananenbrot, Bliss Ball (roh), Marmeladenauswahl (roh), frisches Obst, Kakao Nibs	
	14
Süßes Brotfrühstück	
2 Scheiben hausgebackenes Proteinbrot, vegan "Butter", Bananenbrot-Muffin, DATYS Schokoaufstrich (roh), Marmeladenauswahl (roh), Cashew Frischcreme (roh, fermentiert), frisches Obst	
	18
Süß-herzhafter Genuss	
Zweierlei hausgebackenes Brot und Protein Cracker, Bananenbrot-Muffin, DATYS Schokoaufstrich (roh), Marmeladenauswahl (roh), Cashew Frischcreme (roh, fermentiert), Cashew-"Weichkäse", Mango-Kurkuma Hummus, Karotten-"Lachs"	
Vitaminbowl	
Frisches Obst der Saison (+Kokosblütennektar, rohe Nüsse und Tahini)	
	11 (+4)
Extras	
Kokos-Mandel "Joghurt" natur	4
Hausgemachtes Nussgranola	4
Süßer Aufstrich nach Wahl	3,5
Tahini (roh)	3
Haselnussmus (roh)	3,5
Kleine Schüssel frisches Obst der Saison	4,5



Hinweis: Bei Fragen zu den Allergenen bitte die Zutatenliste am Tresen einsehen.- DE-ÖKÖ-070 -



ALLE ZUTATEN STAMMEN AUS KONTROLLIERT BIOLOGISCHEM ANBAU.

BITTE BESTELLE UND BEZAHLE AM TRESSEN. DANKE!



BIO HERZHAFTER GENUSS

	€
Würzige Zucchini Cremesuppe	9
Crunchy Cracker, Miso-Cashew Sauce, Kürbiskerne	
Avocado-Brote mit Cashew-Parmesan	11
Hausgebackene Brote, Baby Avocado, Cashew Frischcreme (roh, fermentiert), Cashew-Parmesan (roh), Rote Bete-Meerrettich Chutney, Alfalfa Sprossen	
Brot mit Aufstrichen (+ "Weichkäse")	14 (+4)
Hausgebackene Brote und Cracker, Erbsenguacamole, Hummus, Rote Bete-Meerrettich Chutney, Cashew Frischcreme (roh, fermentiert), Salatbouquet (+hausgemachter "Weichkäse")	
Rote Bete Wrap mit Karotten-"Lachs"	15
Gemüsewrap, Karotten-"Lachs", Kartoffel-Pastinakenstampf, Cracker-Crunch, Cashew Frischcreme & Rote Bete Miso Sauce (roh, fermentiert), großer knackiger Salat	
Wie "Eiersalat" von Thore Hildebrandt	16
Hausgebackene Brote und Cracker, "Eiersalat" aus Kichererbsen und glutenfreier Pasta, hausgemachte Mayonnaise, Dill, frischer kleiner Salat	
Landgenuss	18
Wie "Eiersalat", knuspriger Tofu "Speck", Portobello Pilz, Kartoffel-Pastinakenstampf, hausgebackene Brote, Rote Bete-Meerrettich Chutney, Cashew Frischcreme (roh, fermentiert), Cashew-Knoblauch Sauce	
Extras	
Hausgemachter "Weichkäse" aus Cashewkernen	4
Hausgemachtes Proteinbrot mit Nüssen	1,5
Hausgemachtes Haferbrot mit Kürbiskernen	1,5
Hausgemachte Proteincracker	4
Herzhafter Aufstrich nach Wahl oder Tofu-"Speck"	3
Wie "Eiersalat" von Thore Hildebrandt	4



Hinweis: Bei Fragen zu den Allergenen bitte die Zutatenliste am Tresen einsehen.- DE-ÖKÖ-070 -



ALLE ZUTATEN STAMMEN AUS KONTROLLIERT BIOLOGISCHEM ANBAU.

BITTE BESTELLE UND BEZAHLE AM TRESSEN. DANKE!



WAFFELAUSWAHL

SÜßE WAFFELN auf Reis - Erdmandel Basis

Kokosblütenzucker, opt. Zimt	8
DATYS Schoko-Aufstrich (roh), Banane, Obstdeko	11
TK Blaubeeren, Aprikosen-Vanille Marmelade (roh), Obstdeko	10
TK Himbeeren, DATYS Schoko-Aufstrich (roh), Obstdeko	13
Süße Frühstückswaffel	16

mit DATYS Schoko-Aufstrich (roh), Himbeermarmelade (roh), Banane, Tahini (roh), Veganer "Joghurt", hausgemachtem Nuss-Granola

HERZHAFTE WAFFELN auf Reis - Mung Dal Basis

"LACHS"-WAFFEL	14
Karotten-"Lachs", Cashew Creme (fermentiert, roh), Cashew "Parmesan", rote Zwiebeln (roh), Kapern, Salatbouquet, Knoblauch Cashew Sauce	

PROTEIN-WAFFEL	12
Miso-Rote Bete und weiße Cashew Creme (fermentiert, roh), würzige Erbsen Creme, Tofu-"Speck", rote Zwiebeln, Salatbouquet, Pinke Miso Cashew Sauce	

PORTOBELLO-WAFFEL	15
Miso-Rote Bete und weiße Cashew Creme (fermentiert, roh), Portobello Pilz, würzige Erbsen Creme, Tofu-"Speck", Salatbouquet, Pinke Miso Cashew Sauce	

HERZHAFTE FRÜHSTÜCKSWAFFEL	18
Baby Avocado, weiße Cashew Creme (fermentiert, roh), Karotten-"Lachs", Wie "Eiersalat von Thore Hildebrandt, Rote Bete Miso Sauce, Cashew Parmesan, hausgemachtes Pesto aus sonnengereiften getrockneten Tomaten	

Extras

Hausgemachter "Weichkäse" aus Cashewkernen	4
Herzhafter Aufstrich nach Wahl oder Tofu-"Speck"	3
Wie Eiersalat von Thore Hildebrandt	4
1 Baby Avocado	4
Süßer Aufstrich nach Wahl	3,5
Tahini (roh)	3
Haselnussmus (roh)	3,5



Hinweis: Bei Fragen zu den Allergenen bitte die Zutatenliste am Tresen einsehen.- DE-ÖKÖ-070 -



ALLE ZUTATEN STAMMEN AUS KONTROLLIERT BIOLOGISCHEM ANBAU.

BITTE BESTELLE UND BEZAHLE AM TRESSEN. DANKE!



BRUNCH SPECIAL

Brunch-Etagere Deluxe inkl. je schwarzen Kaffee oder Tee und kleinen Saft 0,15L pro Person

Hausgebackene Brote und Protein Cracker,
frischer Salat,
Karotten-"Lachs",
Wie "Eiersalat" vom Thore Hildebrandt,
Auswahl herzhafter Aufstriche,
Cashew-Parmesan,
Vegane "Butter",
hausgemachter "Weichkäse",
Kalamata Oliven,
glutenfreies Gebäck,
DATYS Schoko-Aufstrich (roh),
Himbeermarmelade (roh),
frisches Obst



für 2 Personen 47 €

für 3 Personen 59 €

Extras:

Portion Brot (3 Scheiben)

Portion Cracker

4 €



Hinweis: Bei Fragen zu den Allergenen bitte die Zutatenliste am Tresen einsehen.- DE-ÖKÖ-070 -



ALLE ZUTATEN STAMMEN AUS
KONTROLLIERT BIOLOGISCHEM ANBAU.