

Think outside the box! Eat out of a box!

SPEISEN & GETRÄNKE

.....
healthy asian food



salate zum mischen 7,90€

4 Zutaten der Basic-Toppings sind im Preis erhalten, sowie eine Portion Dressing nach Wahl.

basic toppings

1,00€

1/4 Avocado	Gurken	Paprika	Sonnenblumenkerne
Brokkoli	Mais	Rote Beete	Spinat
Chia-Samen	Mango	Rote Zwiebeln	Tomaten
Edamame	Möhren	Sojasprossen	Walnüsse

premium toppings

2,50€

3,00€

4,00€

Bowl-up 🌟	Chicken	Teriyaki Chicken
Kimchi	Tofu	Tempura-Garnelen
Grillgemüse	Tempeh	Rindfleisch

dressings

- Sesam
- Sesam (Vegan)
- Mango-Chilli
- Sweet-Honey-Mustard



für nur 2,50€
verwandelst du
deinen Salat

mit einer Portion Vollkorn-Quinoa-Reis
in eine köstliche Bento-Bowl!



bento bowls

Alle Bento-Bowls beinhalten eine frische Salatmischung auf einer Basis aus Vollkorn-Quinoa-Reis oder Sushi-Reis und werden mit unserem Sesam-Dressing verfeinert.

tempeh vegan 11,90€

Avocado, Edamame, Frühlingszwiebeln, Karotten, Rote Beete (gekocht) mit einem Körner-Topping aus Chia-Samen und Sonnenblumenkernen auf Vollkorn-Quinoa-Reis.

detox vegan 11,90€

Brokkoli, Edamame, geriebener Ingwer, frischer Spinat und Rote Beete (gekocht) mit Walnüssen garniert auf Vollkorn-Quinoa-Reis.

samurice vegan 9,90€

Avocado, Edamame, Mango, mit Tofu auf Sushi-Reis.

samurice garnelen 12,90€

Avocado, Edamame, Mango, mit Tempura-Garnelen auf Sushi-Reis.

crunchy bowl

Avocado, Edamame, Gurke, Karotten, Mango, Sojasprossen auf Vollkorn-Quinoa-Reis.

Mit Chicken 11,90€ Mit Beef 13,90€

teriyaki bowl 12,90€

Avocado, Gurke, Grillgemüse, Tomaten, Rote Zwiebeln mit Chicken Teriyaki auf Vollkorn-Quinoa-Reis.



bibimbap

Koreanisches Gericht, serviert in einem heißen Steintopf. Zur Basis aus Reis kommen verschiedene Gemüsesorten wie Edamame, Mais, Möhren, Paprika, Pilzen, Sojasprossen, Spinat und Zucchini. Obendrauf kommt ein Spiegelei und eine fruchtig-scharfe Gochujang-Sauce.

bibimbap vegetarisch  11,90€
Topping: Tofu.

bibimbap tempeh vegan  11,90€
Topping: Ohne Ei, mit Tempeh.

bibimbap chicken 12,90€
Topping: Chicken Teriyaki.

bibimbap beef 14,90€
Topping: Rindfleischstreifen.

bibimbap rendang 15,90€
Topping: Rendang (geschmortes Rindfleisch nach indonesischer Art).





bento meal

Jedes Bento-Meal wird mit mehreren, variierenden Beilagen wie Reis, Suppen, Salaten, Nachspeisen und anderen Kleinigkeiten serviert.

yakisoba (nudeln)  9,90€

Japanisch gebratene Nudeln, mit Möhren, Sojasprossen und Spitzkohl, mit Eierstreifen und Frühlingszwiebeln garniert.

omurice  10,90€

Omelette auf gebratenem Reis mit variierendem Gemüse wie Edamame, Mais und Paprika. **Wahlweise mit Curry- oder Teriyaki-Sauce.**

yaki tofu  12,90€

Gebratene Tofupuffer mit einer milden Teriyaki-Sauce

chicken teriyaki 12,90€

Hähnchensteaks nach japanischer Tradition mit Teriyaki-Sauce mariniert & gebraten.

honey chicken 12,90€

Hähnchenhappen in Sesam-Panade mit süßlicher Chili-Honig-Glasur, inspiriert aus der Hong Kong-Küche.

japanisches curry
Mit Chicken (knusprig paniert) ... **13,90€** Vegetarisch mit Tofu und Tempeh  11,90€

bulgogi mit zwiebeln 14,90€

Rindfleisch, gebraten nach korean. Art mit Zwiebeln, Frühlingszwiebeln & Sesam.

rendang 15,90€

Geschmortes Rindfleisch aus der indonesischen Padang-Küche. Das Fleisch wird über Stunden in exotischen Gewürzen und Kokosmilch gekocht.

mango duck 15,90€

Geschmortes Entenfleisch in fruchtig-pikanter Sauce.



gimbap

Vegane koreanische Reisrolle,
gefüllt mit Karotte, Zucchini, Paprika, Spinat, Rettich, Seitan und Tofu.

6 Stück 7,90€



onigiri

Japanische Reisdreiecke mit Füllung.
Eine beliebte Zwischenmahlzeit in Japan.

pro stück 3,50€

Mit Edamame 

Mit Kimchi 

Mit Chicken-Samosas mit Curry

Mit Chicken Mais

Mit Chicken Champignon

Mit Thunfisch



sommerrolle

Vegane Reispapierrollen aus Vietnam, gefüllt mit Reismudeln, Gurken, Kohlrabi, Sojasprossen, Minze & Salat.

1 Stück	3,00€
3 Stück	7,90€

Dip: Traditionell mit Hoisin-Sauce.



fingerfood

gyoza (dumpling) wahlweise mit Wasabi Mayo oder Avocado-Cream.

6 Stück Vegan 	5,90€
6 Stück Chicken	5,90€

ebi tempura wahlweise mit Wasabi-Mayo oder Cocktail-Sauce als Dip.

3 frittierte Garnelen in Panko-Mantel (japanisches Paniermehl).	5,90€
---	-------

Think outside the box! Eat out of a box!

bento san

Eckendorfer Str. 37b
33609 Bielefeld
0521/260 117 20
www.bento-san.de

kommen Sie bald wieder!