



Noras

CLEAN | HEALTHY | DELICIOUS

Menu Card

Mi - Fr	12 - 22 Uhr
Sa	10 - 22 Uhr
So	10 - 15 Uhr



What we believe in

UNSERE PHILOSOPHIE

CLEAN

Wir stellen all unsere Gerichte nach dem Clean Eating Prinzip her. „Clean“ bedeutet, dass alle Zutaten frei von Zusätzen, Konservierungsmitteln & Schadstoffen sind. Wir verwenden nur natürliche Inhaltsstoffe. Jede Zutat wird von uns selbst in ihrer rohen Form verarbeitet und mit Respekt behandelt. Unsere Produkte sind von Grund auf handgemacht. Somit können wir Dir unvergleichlichen, gesunden und vollwertigen Genuss bieten.

NATÜRLICH

Wir sind dankbar für das, was uns die Erde schenkt und geben all unsere gute Energie in unser Essen. Wir lieben frisches Gemüse, duftende Kräuter, aromatische Gewürze und Vollwertkost. Die Gerichte bei Noras sind pflanzenbasiert und vegetarisch oder vegan. Es gibt bei uns Naturreis, Getreide im ganzen Korn oder selbst gemahlen in Backwaren. Wir verwenden hauptsächlich ökologisch angebautes Obst und Gemüse. Unsere Take-away Verpackungen sind aus nachwachsenden Rohstoffen und recycelten Materialien. Sie sind erdölfrei und kompostierbar.

QUALITÄT UND LEIDENSCHAFT

Alle Gerichte sind frei von Zusätzen, raffiniertem Zucker, Milch & Weizen. Die Allergenlegende findest Du am Ende der Speisekarte. Bei Unverträglichkeiten sprich uns gerne an, wir finden immer eine Lösung für Dich!

Bei der Auswahl unserer Zutaten achten wir auf höchste Qualität und hervorragenden Geschmack. Wir kochen saisonal und lieben es, unsere Zutaten so zu kombinieren, dass die Gerichte super nährstoffreich und super lecker sind!

Wir lieben, was wir tun und möchten,
dass Du eine wunderbare Zeit bei uns hast.

Schön, dass Du da bist!



Noras

CLEAN | HEALTHY | DELICIOUS

Breakfast

GOOD MORNING

Sa 10 – 12 Uhr
So 10 – 14 Uhr

Breakfast

GOOD MORNING

PANCAKES

PUMPKIN SPICE PANCAKES

Dinkel Pancakes / Zimt – Vanille Labneh / karamellisierte Walnüsse
Kürbiscreme / Apfelkompott mit Sultaninen / Pumpkin Spice Caramelsauce
gebranntes Mandelmus / weißes Mandelmus
frische Früchte ^(2, 7, 9, 18)
16.5

NUTELLAH PANCAKES

Dinkel Pancakes / Nutellah / Ahornsirup / Raw Cacao Nibs / Haselnuss
frische Früchte ^(2, 7, 12)
14.5

RICOTTA PANCAKES

Dinkel Pancakes / Macadamiaricotta / Ahornsirup / Hanfsamen / frische Früchte
^(2, 7, 13)
15

PB & RASPBERRY PANCAKES

Dinkel Pancakes / Noras Peanutbutter / Himbeermarmelade / Ahornsirup
Labneh / Erdnüsse / Raw Cacao Nibs / frische Früchte ^(2, 7, 14, 18)
14

SAVOURY

SAVOURY AUTUMN BREAD

Dinkel Sauerteigbrot / Kürbiscreme / gebackene rote Beete / gegrillte
Austernpilze / Macadamiaricotta / Wildsalate / glasierte Kirschtomaten
karamellisierte Sukkari-Dattel Chunks / eingelegte sonnengetrocknete Tomate
Hanfsamen / Balsamico Glaze / Apfel / Trauben / Granatapfelkerne ^(2, 13)
17.5
kleine Portion 14

auf Wunsch mit glutenfreiem Brot + 2.5



BUDDHA BOWL

*Buddha Bowl mit verschiedenen Komponenten,
bunt und unglaublich lecker - eat the rainbow!*

FALAFEL BUDDHA BOWL

Kürbisfalafel / Quinoasalat mit Gurke, Paprika, Petersilie, Minze, getrockneten Tomaten und Granatapfelkernen / gegrillte Spitzpaprika / Kürbishummus Avocado / Datteln / Hanfsamen / saisonale Blattsalate / Tahini Dressing Sauerteigbrot ^(2, 15, 19)

18.5

kleine Portion 13.5

CURRY

*köstliches Curry mit frischem Gemüse, Hülsenfrüchten,
Kräutern & leckeren Toppings, aromatisch & duftend*

MASSAMAN CURRY

Thailändisches Erdnusscurry / Süßkartoffel / Broccoli / Möhren / Zuckerschoten
Kurkuma Basmati Naturreis mit Cashewkernen
geröstete Erdnüsse / Thaibasilikum / Koriander / Chili / Limette ^(8, 14, 18, gf)

16

kleine Portion 12.5

Wir empfehlen zum Curry das PLANTBASED PROTEIN und das NAAN.

ADD ONS

NAAN

hausgebackenes Naan aus frisch gemahlenem Kamut ^(3, 18)

3.3

PLANTBASED PROTEIN

- tastes like chicken -

clean & aus Erbsenprotein, mit natürlichem B12 ^(17, gf)

4.5



BREAKFAST

WHOLESONE PANINI

PANINI

Dinkel-Roggen Ciabatta / Hummus / gegrilltes Gemüse / Rucola
eingelegte sonnengetrocknete Tomate / Avocado / Cashewparmesan ^(2, 4, 8, 15, 19)
7.5

BREAKFAST BOWLS

PORRIDGE

Haferflockenporridge mit Mandelmilch, Vanille & Zimt / karamellierte Banane
weißes Mandelmus / Medjouldattel / Tahini / Medjoul - Dattelsirup
Dattelschokolade / frische Früchte ^(1, 7)
14.8

JOGHURT & GRANOLA BOWL

Sojajoghurt / frische Früchte / Noras Granola / Medjoul - Dattelsirup
^(1, 7, 15, 18)
12.8

WAFFELN

frische belgische Kürbiswaffeln, vollwertig und wohltuend

PUMPKIN WAFFELN

Banane / Ahornsirup / Labneh / Kokosblüten-Zimt-&-Zucker ^(1, 2, 18)
8
Nutellah / Banane / Ahornsirup ^(1, 2, 18)
8.5
heiße Kirschen / Labneh / Kokosblüten-Zimt-&-Zucker ^(1, 2, 18)
9

SMOOTHIEBOWL

Erfrischende, fruchtige Smoothiebowl mit crunchy Toppings

AÇAÍ BOWL ❄️

Blend: Açaí / Banane / Blaubeeren / Ananas / Mango
Toppings: Granola / Maulbeeren / geröstete Kokoschips / Gojibeeren
Raw Cacao Nibs / Erdnussmus / frische Früchte ^(1, 7, 14, 15)
14.8



TACOS

*herzhafte Tacos aus Dinkel Vollkornmehl und Kartoffeln
mit köstlichen Toppings*

HEALTHY TACOS

Dinkel Vollkorn Kartoffel Tacos / plantbased Hack
schwarzes Bohnenmus / Koriander / Tomatensalsa / Avocado
Miso Mayo / Chili / Limette / gerösteter Sesam ^(2, 8, 15, 18, 19)

18

POTATO FRIES

knusprige Pommes aus Demeter Kartoffeln mit herzhaften Toppings

SPICY LOADED FRIES

Potato Fries / plantbased Hack / Tomatensalsa / pickled red onion
Kalamataoliven / Miso Mayo / Koriander / Chili / Limette ^(8, 18)

13

ADD ONS

super lecker dazu oder einfach so

POTATO FRIES

Pommes mit Pflaumenketchup & Miso Mayo ^(8, 16)
kl. 5.5 / gr. 6.6

SMALL SALAD

kleiner Salat mit Blattsalaten & Hanfsamen ^(gf)

6

PLANTBASED PROTEIN

- tastes like chicken -
clean & aus Erbsenprotein, mit natürlichem B12 ^(17, gf)

4.5

*unser hausgemachter Pflaumenketchup ist pikant -
für Kinder fragt gerne nach unserem milden Tomatenketchup*

Raw Sweet Treats

GOOD DAY

RAW CAKES

handgemachte Rohkostkuchen aus der
Raw Pâtisserie von raw epique -
die gesündeste Art und Weise ein super
leckeres Stück Torte zu genießen -
ein glutenfreies, cremiges Gedicht

STRAWBERRY RHUBARB

Erdbeeren / Rhabarber / Kokos / Chia
Buchweizen / Vanille (7, 8, gf)
4.5

CHOC CHIP COOKIE DOUGH

Cashew / Mandel / Dattel / Cacaonibs
Vanille / Kokos / Ahornsirup (7, 8, gf)
4.5

CHERRY CHOC

Haselnuss / Kirschen / Kokos / Cacao
Dattel (7, 8, 12 gf)
4.5

LEMON POPPY

Cashew / Mandel / Dattel
Zitrone / Mohn (7, 8, gf)
4.5

PEANUT CHOC

Erdnuss / Cashew / Cacao
Dattel (7, 8, 14, gf)
4.5

PECAN CARAMEL

Pekannuss / Cacao / Cashew / Dattel
(7, 8, 10, 15, gf)
4.5

MATCHA LEMON

Cashew / Dattel / Kokos / Zitrone
Sonnenblumenkerne / Matcha / Sesam
Buchweizen / Yuzu / Himbeere
(7, 8, 15, gf)
4.5

COFFEE & VANILLA CREAM

Walnuss / Cashew / Dattel
Kokos / Kaffee / Vanille
(7, 8, 9, gf)
4.5

DATTELN

GEFÜLLTE MEDJOUL DATTEL

gefüllte Medjoul Dattel mit Mandelmus
& Pekannuss (7, 10, gf)
2.8

BLISS BALLS

Energiebällchen aus Nüssen,
Superfoods, getrockneten Früchten
& Nussmusem - pure Bliss

WHITE ALMONDBUTTER

Mandel / Dattel / Kokos
weißes Mandelmus / Cranberries
Tonkabohne (7, gf)
2.8

CHOCOLATE

Dattel / roher Kakao / Mandel
Ahornsirup / Vanille (7, gf)
2.8

Preise in €

Healthy Sweet Treats

GOOD DAY

BAKED GOODS

*Kuchen mit frisch gemahlenem Getreide oder Haferflocken,
Gemüse & Obst eingebacken, natürlich mit Dattel, Ahorn- oder Reissirup gesüßt*

CINNAMON BANANA BREAD

Dinkel / Banane / Kokosblütenzucker / Walnuss / Datteln / Zimt / Choc Glaze ^(2, 9)
4.7

PUMPKIN BREAD

Dinkel / Kürbis / Kokosblütenzucker / Zimt / Pekannuss / Caramel Glaze ^(2, 10)
4.7

CARROT CAKE

Haselnuss / Dinkel / Möhre / Cashew Cream Cheeze Frosting ^(2, 8, 9, 12)
4.2

Cold Drinks

SMOOTHIES ^(gf)

erfrischende, cremige Smoothies & Shakes mit den allerbesten Zutaten

GREEN SMOOTHIE

Spinat / Mango / Orange / Apfel
Gurke / Minze / Banane / Dattel
0.4l / 7.2

MANGO LASSI

Mango / Mandeldrink
Sojajoghurt ^(7,18)
0.4l / 7.2

CHERRY SMOOTHIE

Kirschen / Mandeldrink / Dattel
Sojajoghurt ^(7,18)
0.4l / 7.2

+ Proteinpulver aus 100% Hanf,
Macadamia & Mandel 30g / 3.5 ^(7,13)

LIMO ^(gf)

hausgemachte Ingwer Limo

INGWER BIRNEN LIMO

Ingwer / Birne / Mineralwasser
0.3l / 5.6 0.4l / 6.8

SAFTSCHORLEN ^(gf)

leckere Natursaft-
Schorlen mit Voelkel Säften

Apfel / Birne / Rhabarber / Traube
0.3l / 4.6 0.4l / 5.6

VIVA CON AGUA WASSER ^(gf)

löscht nicht nur Deinen eigenen Durst

laut / leise

0.3l / 3.4 0.4l / 3.9 0.75l / 6.4

KOKOSWASSER ^(gf)

wohltuende Erfrischung

Kokoswasser

0.3l / 4.8

DETOX WATER ^(gf)

stilles Wasser mit Früchten und Kräutern

Gurke / Minze / Zitrone
Himbeer / Minze / Orange
0.3l / 4.4
0.4l / 5.4

COLDPRESSED ^(gf)

kaltgepresster Ingwershot
super nährstoffreich – Rohkostqualität

Ingwer / Apfel / Zitrone
Shot 80ml / 3.6
300ml für zuhause
oder als Flasche / 11

Coffee

COFFEE ^(gf)

Für unsere Kaffeespezialitäten verwenden wir TUNKI, einen 100 % Arabica Kaffee aus Peru – mehrfach ausgezeichnet – lokal geröstet von Cross Coffee in Bremen

ESPRESSO

einfach / doppelt
3 / 4

ESPRESSO MACCHIATO

einfach / doppelt
3.2 / 4.2

KAFFEE

0.2l / 4.2
0.3l / 5

CAPPUCCINO

0.2l / 4.2
0.3l / 5.2

FLAT WHITE

0.2l / 4.8

LATTE MACCHIATO

0.3l / 5

MILCHKAFFEE

0.3l / 5

Tea

TEE ^(gf)

Unsere Teespezialitäten sind allesamt lose Blatttees aus biologischem Anbau und fair gehandelt, die für Dich frisch aufgegossen und perfekt zubereitet werden

SCHWARZ | ASSAM

Indien, schwarz und kräftig, höchste Qualitätsstufe SFTGFOP1
0.3l / 4.8

GRÜN | MATCHA-IRI SENCHA

Japan, erfrischender Sencha mit Matcha verfeinert
0.3l / 5

WEISS | WILD YA BAO

China, weiß und edel aus wilden Teeknospen
0.3l / 5.2

AYURVEDA WELLNESS TEE

fruchtig und süß
0.3l / 4.6

GRIECHISCHER BERGTEE

aromatisch-würzig-zitronig
0.3l / 4.6

FRISCHER INGWERTEE

Ingwer / Zitrone / Minze
0.3l / 5



Latte

MATCHA LATTE ^(gf)

Tea Latte

Edler, fein vermahlener Grüntee
Milch Deiner Wahl
0.3l / 6

MATCHA CAPPUCCINO ^(gf)

Tea Cappuccino

Edler, fein vermahlener Grüntee
Milch Deiner Wahl
0.2l / 5.2

KURKUMA LATTE ^(gf)

wärmende Goldene Milch

Kurkuma / Ingwer / Muskat
Kardamom / Zimt / Tonkabohne
Ahornsirup / Milch Deiner Wahl
0.3l / 6

HEISSE SCHOKOLADE ^(gf)

Heiße Schokolade mit Rohkakao

Raw Cacao / Ahornsirup
Milch Deiner Wahl
0.3l / 5.3

CHAI LATTE ^(gf)

Ayurvedische Gewürztee Latte

schwarzer Assam Tee
Chai-Dattel-Gewürzpaste
Milch Deiner Wahl
0.3l / 6

PUMPKIN SPICE LATTE ^(gf)

Latte Macchiato mit Pumpkin Sirup

Espresso / Milch Deiner Wahl
Pumpkin Sirup
0.3l / 6.2

WÄHLE DEINE LIEBLINGMILCH:

Haferdrink ^(1,18) / inkl.
Mandeldrink ^(7,gf) / 0.7

Iced Latte

ICED MATCHA LATTE ^(gf)

Iced Tea Latte

Edler, fein vermahlener Grüntee
Dattelsirup / Milch Deiner Wahl
Eiswürfel
0.4l / 6.8

ICED MANGO MATCHA LATTE ^(gf)

Iced Mango Tea Latte

Edler, fein vermahlener Grüntee
Milch Deiner Wahl
Mangosauce / Eiswürfel
0.4l / 7.5

ICED LATTE MACCHIATO ^(gf)

Latte Macchiato auf Eis

Milch Deiner Wahl / Espresso
Eiswürfel
0.4l / 5.8

Wein

Ausgewählte vegane Bio Weine
von VivoLoVin aus Bremen

WEISS

GRAUBURGUNDER

*Rieger Organic for Life
QbA Baden, 2019*

Banane / Pfirsich / Melone
geschmeidig

0.1l 3.3 / 0.2l 6.2 / 0.75 Fl. 22.4

RIESLING

*Forster feinherb
Deutschland, 2019*

Weißer Pfirsich / Apfel / Birne / süffig

0.1l 3.6 / 0.2l 6.8 / 0.75 Fl. 24.8

CHARDONNAY

*GIOL
Italien, 2019*

Pfirsich / Honig / Litschi / leicht / duftig

0.1l 3 / 0.2l 5.7 / 0.75 Fl. 20.4

ROSÉ

ROSÉ

*LibertyNages
Frankreich, 2019*

Erdbeere / Johannisbeere
Stachelbeere / lebendig frisch

0.1l 3.2 / 0.2l 6.1 / 0.75 Fl. 22.6

ROT

PINOT NOIR

*Rieger Organic for Life
Deutschland, 2018*

Waldbeeren/ Kirsche / Himbeere
leicht würzig

0.1l 3.3 / 0.2l 6.2 / 0.75 Fl. 22.6

PRIMITIVO

*Cantina Fiorentino Terra San Giovanni
Italien, 2019*

Pflaume / Brombeere
schwarzer Pfeffer / aromatisch

0.1l 4.8 / 0.2l 8.8 / 0.75 Fl. 32.6

SPARKLING

PROSECCO

*Prosecco GIOL Frizzante Stelvin
Italien, 2019*

Ananas / Birne / Pfirsich / süffig

0.1l 3.5 / 0.75 Fl. 23.8

Bier

Störtebeker Bio Bier

KELLERBIER

*naturbelassene, hefetrübe und
unfiltrierte Brauspezialität,
Pils mit Goldmedaille*

0.33l / 4.2

FREIBIER

*Frei-Bier ist ein naturbelassenes,
alkoholfreies Bier nach Pilsener Brauart.
Alkohol unter 0,5% vol*

0.33l / 4.2

BERNSTEIN WEIZEN

*naturbelassenes, obergäriges
Hefeweizen mit Stammwürze 12,9%
und Alk. 5,3% vol*

0.5l / 4.9

BERNSTEIN WEIZEN ALKOHOLFREI

*naturbelassenes, obergäriges
Hefeweizen mit Stammwürze 12,9%
und Alk. 0,5% vol*

0.5l / 4.9

Drinks

Hausgemachte Drinks nach dem Clean
Eating Prinzip

AMARO SPRITZ

Prosecco / Orange / Amaro Bitterlikör

0.3l / 8.4

RHUBY

*Rhabarber / Birne / Limette
Organic Spree Gin Rhubarb Melon*

0.3l / 9.4

MELON GIN TONIC

*clean Tonic Sirup / Mineralwasser
Organic Spree Gin Rhubarb Melon*

0.3l / 10.2

HEALTHY MULE

*clean Ingwer Sirup / Mineralwasser
Gurke / Limette / Bio Vodka*

0.3l / 10.4

Starters

GOOD DAY

STARTERS

Köstliches vorweg oder zu Wein, Bier & Cocktails

LOADED NAAN

Naan aus Kamut mit herzhaften Köstlichkeiten

LOADED NAAN

Naan / Hummus / pickled red onion Falafel / Koriander / plantbased Hack / Feta / Oliven / Gurke ^(3, 15, 18, 19)

10.5

FALAFEL

Kürbisfalafel mit Hummus

knusprige Kürbisfalafel auf cremigen Hummus ^(15, 19, gf)

5.5

GARLIC NAAN

hausgebackenes Naan aus Kamut

Kamut Naan / Knoblauchöl ^(3, 18)

3.8

HUMMUS

köstlich cremiger Hummus

Hummus aus Hülsenfrüchten, Tahin, Olivenöl & Gewürzen ^(15, 19, gf)

4.6

MARINierter FETA

hausgemachter marinierter pflanzlicher Feta

Tofu-Feta / Olivenöl / Kräuter Himalayasalz ^(18, gf)

4.9

KALAMATAOLIVEN

griechische schwarze Oliven

Kalamataoliven in Olivenöl ^(gf)

6.5

jeder Starter wird mit Sauerteigbrot ^(2,4) serviert.

Für zu Hause

GOOD DAY

Hausgemachte Feinkost für zuhause oder zum verschenken

GRANOLA

crunchy gebackenes Müsli

Haferflocken / Kürbis- & Sonnenblumenkerne
Sesam / Mandeln / Kokos / Zimt / Reissirup
Ahornsirup / Olivenöl / Vanille / Himalayasalz ^(1,7,15)
300 g / 8.8

PEANUTBUTTER

cremiges Erdnussmus

hausgemachtes Erdnussmus aus 100% Erdnüssen und einer Prise Himalayasalz
^(14, gf)

375 g / 7.8

INGWERSHOT

boostet Deinen Stoffwechsel & Immunsystem

kaltgepresster Ingwershot aus Ingwer, Apfel & Zitrone ^(gf)
300ml / 11

Benefits

CLEAN HEALTHY DELICIOUS



HANDARBEIT & QUALITÄT

Unsere Produkte sind von Grund auf handgemacht und die verwendeten Zutaten von höchster Qualität. Wir verarbeiten hauptsächlich ökologisch angebaute Rohstoffe – aus Überzeugung, für unsere Gesundheit und unsere Umwelt!



NACHHALTIG

Eine pflanzenbasierte Ernährung ist nachhaltig und dadurch eine Ernährungsform mit Zukunft. Auch unsere Take Away Verpackungen sind aus nachwachsenden Rohstoffen und biologisch abbaubar.



FREI VON ZUSATZSTOFFEN

Alle unsere Zutaten sind frei von Zusatzstoffen. Das Ergebnis ist ein gesundes und natürliches Produkt.



FREI VON MILCHPRODUKTEN

Alle unsere Gerichte sind frei von Milch und Milchprodukten.



FREI VON RAFF.ZUCKER

Wir verzichten auf raffinierten Zucker und verwenden natürliche Süßungsmittel wie Bananen, Datteln, Reis- und Ahornsirup.



VOLLWERTIG & FREI VON WEIZEN

Alles, was Du bei uns bekommst, ist frei von Weizen. Wir bieten gesunde Vollwertküche an: frische, unbehandelte Nahrungsmittel & Vollkornprodukte.




Allergene

ÜBERSICHT

gf = glutenfrei / H = Honig

1. Glutenhaltiges Getreide (Hafer)
2. Glutenhaltiges Getreide (Dinkel)
3. Glutenhaltiges Getreide (Kamut)
4. Glutenhaltiges Getreide (Roggen)
5. Glutenhaltiges Getreide (Emmer)
6. Glutenhaltiges Getreide (Gerste)
7. Schalenfrucht (Mandel)
8. Schalenfrucht (Cashew)
9. Schalenfrucht (Walnuss)
10. Schalenfrucht (Pekannuss)
11. Schalenfrucht (Pistazie)
12. Schalenfrucht (Haselnuss)
13. Schalenfrucht (Macadamia)
14. Erdnuss
15. Sesam
16. Sellerie
17. Senf
18. Soja
19. Lupine
20. Schalenfrucht (Pinienkerne)

info@noras-deli.de / T 0421 673 465 84
Sielwall 55 - 57 / 28203 Bremen

 noras / noras-deli.de

