

naum

THAI BOWLS
MENU

CHICKEN BOWL

CHICKEN MINT CLASSIC

Gedämpftes Huhn,
Karotte, Gurke, Tomaten,
frische Minze & Thai-Kräuter,
Geröstete Reisflocken

Limetten-Koriander-Dressing

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis
€ 9,50

CHICKEN MINT DELUXE

Gedämpftes Huhn,
Karotte, Gurke, Tomaten,
frische Minze & Thai-Kräuter,
Geröstete Reisflocken

EXTRA TOPPINGS:

Edamame, Wasabi-Sesam,
Zitronengras, Erbsenspargel-
Sprossen, Frische Mango

Limetten-Koriander-Dressing

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis
€ 11,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 13,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal / 100g)
€ 13,50



BEEF BOWL

BEEF MINT CLASSIC

Gedämpftes Weiderind,
Karotte, Gurke, Tomaten,
frische Minze & Thai-Kräuter,
Geröstete Reisflocken

Tamarinden-Dressing

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis
€ 10,50

BEEF MINT DELUXE

Gedämpftes Weiderind,
Karotte, Gurke, Tomaten,
frische Minze & Thai-Kräuter,
Geröstete Reisflocken

EXTRA TOPPINGS:

Edamame, Wasabi-Sesam,
Zitronengras, Erbsenspargel-
Sprossen, Frische Mango

Tamarinden-Dressing

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis
€ 12,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 14,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal / 100g)
€ 14,50



MAGIC VEGAN BOWL

BROCCOLI × SESAM TOFU CLASSIC

Gedämpfter Brokkoli,
Gerösteter Sesam-Tofu,
Karotte, Gurke, Tomaten,
frische Thai-Kräuter

Hausgemachte
Erdnussbutter-Creme

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis
€ 10,50

BROCCOLI × SESAM TOFU DELUXE

Gedämpfter Brokkoli,
Gerösteter Sesam-Tofu,
Karotte, Gurke, Tomaten,
frische Thai-Kräuter

EXTRA TOPPINGS:

Avocado-Creme, Cranberries,
Edamame, Chia- & Leinsamen

Hausgemachte
Erdnussbutter-Creme

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis
€ 12,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 14,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal / 100g)
€ 14,50



CRISPY VEGGIE PAN (VEGAN)

CLASSIC

Knackiges Gemüse:
Karotte, Brokkoli, Paprika und
Zwiebeln abgerundet mit
einer glutenfreien Soja-Jus

Hausgemachte
Crunchy Hoisin-Creme

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis
€ 10,50

DELUXE

Knackiges Gemüse:
Karotte, Brokkoli, Paprika und
Zwiebeln abgerundet mit
einer glutenfreien Soja-Jus

Hausgemachte
Crunchy Hoisin-Creme

EXTRA TOPPINGS:

Avocado-Creme, Cranberries,
Edamame, Chia- & Leinsamen

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis
€ 12,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 14,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal / 100g)
€ 14,50



FISH BOWL

MANGO PRAWN SALAD

Mango, gedämpfte Garnelen, geröstete Cashewkerne, frische Thai-Kräuter

Ananas-Dressing

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis

€ 11,50

DELUXE:

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis

€ 13,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis

€ 15,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal/100g)

€ 16,50

TUNA LEMONGRASS

Thunfisch-Filet (MSC nachhaltige Fischerei), Karotte, Gurke, Tomaten, frische Thai-Kräuter

Limetten-Koriander-Dressing

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis

€ 9,50

DELUXE:

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis

€ 11,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis

€ 13,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal/100g)

€ 13,50



CURRY BOWL

WARM

CHICKEN ODER BEEF CURRY

Gedämpftes Huhn oder Rind,
Brokkoli, Karotte, Paprika,
Kokos-Flakes,
frische Thai-Kräuter

BASIS 1:

Jasmin-Reis

BASIS 2:

Kokos-Kurkuma-Reis

Mit Huhn: €9,50

Mit Rind: €10,50

BASIS 3 - MAGIC:

Shirataki-Nudeln

(9,5 kcal/100g)

Mit Huhn: € 13,50

Mit Rind: € 14,50

BROCCOLI × SESAM TOFU CURRY

Gedämpfter Brokkoli,
Gerösteter Sesam-Tofu,
Karotte, Paprika,
Kokos-Flakes,
frische Thai-Kräuter

BASIS 1:

Jasmin-Reis

BASIS 2:

Kokos-Kurkuma-Reis

€ 10,50

BASIS 3 - MAGIC:

Shirataki-Nudeln

(9,5 kcal/100g)

€ 14,50



NAUM FOOD

Kompromisslos gesund und

frisch ist unser Leitgedanke. Alle Produkte werden größtenteils regional bezogen und kommen entweder **gedämpft** oder frisch in die Bowl.

Wir verarbeiten ausschließlich qualitativ hochwertige Zutaten, die besonders **vitamin- und mineralstoffreich** sind und **keine Geschmacksverstärker** enthalten. Zudem sind **alle Bowls Gluten frei**. Unsere **Dressings** kommen **ohne Öl** aus und stehen den ölhaltigen Dressings in nichts nach.

MAGIC NOODLES KONJAK-PFLANZE

Low-Carb

Basische Nudeln ohne Kohlenhydrate, Proteine und nahezu frei von Kalorien.

Healthy



Glutenfrei, für Diabetiker geeignet; tragen zu einem gesunden Blutdruck, Blutfettwert und Cholesterinspiegel bei.

Vegan

Konjak ist ein asiatisches Wurzelgemüse und besteht ausschließlich aus Wasser und Ballaststoffen

CONTACT

Barer Straße 38
80333 München
www.naum.de

  naum.munich

ÖFFNUNGSZEITEN.

Mo - Fr, 11 - 19 Uhr

TAKE AWAY

BESTELLUNG.

Tel. 089 958 799 22
WhatsApp. 0176 71154905

SNACKS & SWEETS

GETRÜFFELTE EDAMAME

Wasabi-Sesam & Meersalz
(Vegan)
€ 5,50

GEEISTE-MOCHI IM REISMANTEL (VEGAN)

Zwei Kugeln, wahlweise:
Mango-Mousse,
belgisches Schokoladen-
Mousse
€ 5,50

AFFOGATO

Eine Kugel Bourbon-
Vanille-Eis mit Espresso
€ 3,50

SALTED COCONUT PANNA COTTA

Gesalzene Kokosnuss-Panna-
Cotta mit Himbeer-Jus,
frische Mango & Kokoschips
€ 4,50

SCHOKOLADENTARTE

Luftiger Baiser ausgebacken
mit Zartbitterschokolade und
fein gemahlene Mandeln
€ 4,00



GETRÄNKE

KAFFEE & TEE

Espresso

€ 2,20

Espresso Macchiato

€ 2,50

Espresso Doppio

€ 3,50

Capuccino

€ 3,20

Latte Macchiato

€ 4,10

Caffè Lungo

€ 3,20

Frischer Minz Tee

€ 3,60

Ingwer x Minze

€ 4,10

Zitronengras x Limette

€ 4,10

Grüner Tee

€ 2,80

Schwarzer Tee

€ 2,80

ALKOHOLHALTIG

BIER*

Arcobräu Moser Liesl

0,33l € 2,50

0,5l € 3,20

Gösser Radler

0,5l € 3,20

WEINSCHORLE*

Rebi vom Weingut

Böhme & Töchter

Rot | Weiß

0,25l € 5,50

APERITIF

Hugo

0,2l € 6,90

Spritz

0,2l € 6,90

Lillet Rosé Wild Berry

0,2l € 6,90

SOFTDRINKS

WASSER*

Bio Kristall Still

0,33l € 2,50

0,75l € 5,30

Bio Kristall Medium

0,33l € 2,50

0,75l € 5,30

COCA COLA*

Cola

0,2l € 2,50

Cola Zero

0,2l € 2,50

CHARITEA BIO*

Mate | Black | Red | Green

0,33l € 3,00

LEMONAID BIO*

Limette | Maracuja

Blutorange

0,33l € 3,00

PROVIANT BIO*

Apfelschorle | Rhabarber

0,33l € 3,00

Eine Liste aller Allergene und Zusatzstoffe erhalten Sie beim Servicepersonal.



OFFENE WEINE

Weiß

2019 WEISSBURGUNDER "VOM LÖSS"

Franz Keller (DE/Baden)

0,1L / 3,90 €

2019 RIESLING „SPEZL“

Villa Wolf, Ernst Loosen (DE/Pfalz)

0,1L / 3,50 €

Rosé

2019 ROSÉ

Domaine de Triennes (FR/ Provence-Alpes-Côtes d'Azur)

0,1L / 3,60 €

Rot

2011 CUVÉE "SAUVAGE"

Chateau Moyau (FR/Languedoc)

0,75L / 33,00 €

FLASCHENWEINE

Schaumwein

2019 FRIZZANTE 3000

Vino Infernale (DE/Württemberg)

0,75L / 21,00 €

CHAMPAGNER BRUT MAJEUR

AYALA (FR/Champagne/Aÿ)

0,75L / 39,00 €

CHAMPAGNER BRUT MAJEUR

AYALA (FR/Champagne/Aÿ)

0,375L / 26,00 €

CHAMPAGNER ROSÉ MAJEUR

AYALA (FR/Champagne/Aÿ)

0,375L / 29,00 €

Rosé

2019 ROSÉ

Domaine de Triennes (FR/ Provence-Alpes-Côtes d'Azur)

0,75L / 24,00 €

WEISSWEINE

2019 RIESLING "SPEZL"
Villa Wolf, Ernst Loosen (DE/Pfalz)
0,75L / 24,00 €

2019 WEISSBURGUNDER "VOM LÖSS"
Franz Keller (DE/Baden)
0,75L / 27,00€

2018 SAUVIGNON BLANC "POULLY FUMÉ"
Serge Dagueneau (FR/Loire)
0,75L / 36,00 €

2018 CHARDONNAY "PERNAND VERGELESSES LES COMBOTTES"
Pierre Yves Colin Morey (FR/Burgund)
0,75L / 59,00€

ROTWEINE

2011 CUVÉE "SAUVAGE"
Chateau Moyau (FR/Languedoc)
0,75L / 33,00 €

2017 PINOT NOIR "REVELATION"
Jerome Arnoux (FR/Jura)
0,75L / 39,00€

2012 NEBBIOLO BAROLO "DA GROMIS" D.O.C.G
Angelo Gaja (IT/Piemont)
0,75L / 80,00 €