

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

€ 11,50

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

€ 12,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis

€ 14,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln

(9,5 kcal/100g)

€ 14,50



BEEF BOWL

BEEF MINT

CLASSIC

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

Tamarinden-Dressing

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis

€ 12,00

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

€ 13,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis

€ 15,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln

(9,5 kcal/100g)

€ 15,50



VEGAN TOFU BOWL

SESAM TOFU × BROCCOLI CLASSIC

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

Hausgemachte
Erdnussbutter-Creme

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis
€ 12,00

SESAM TOFU × BROCCOLI 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
€ 13,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 15,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal/100g)
€ 15,50



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
€ 12,00

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
€ 13,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 15,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal/100g)
€ 15,50



PRAWN X MANGO BOWL

CLASSIC

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

Ananas-Dressing

CLASSIC:

Salat oder Jasmin-Reis
€ 13,00

DELUXE

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

Ananas-Dressing

EXTRA TOPPINGS:

Edamame, Cashewkerne,
Wasabi-Sesam, Thaikräuter

BASIS 1:

Salat und Jasmin-Reis
€ 14,50

BASIS 2:

Salat, Kokos-Kurkuma-Reis
€ 16,00

BASIS 3 - MAGIC:

Salat und Shirataki-Nudeln
(9,5 kcal/100g)
€ 17,50



TUNA LEMONGRASS BOWL

CLASSIC

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

Limetten-Koriander-Dressing

Salat oder Jasmin-Reis
€ 11,00

DELUXE

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

Limetten-Koriander-Dressing

EXTRA TOPPINGS:

Frische Mango, Edamame,
Wasabi-Sesam, ThaiKräuter

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



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: € 11,00

Mit Rind: € 12,00

BASIS 3 - MAGIC:

Shirataki-Nudeln

(9,5 kcal/100g)

Mit Huhn: € 15,00

Mit Rind: € 16,00

BROCCOLI x SESAM TOFU CURRY

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

BASIS 1:

Jasmin-Reis

BASIS 2:

Kokos-Kurkuma-Reis

€ 12,00

BASIS 3 - MAGIC:

Shirataki-Nudeln

(9,5 kcal/100g)

€ 16,00



SNACKS & SWEETS

GETRÜFFELTE EDAMAME

Wasabi-Sesam & Meersalz
(Vegan)
€ 6,50

GEEISTE-MOCHI IM REISMANTEL (VEGAN)

Zwei Kugeln, wahlweise:
Mango-Mousse,
belgisches Schokoladen-
Mousse
€ 6,50

AFFOGATO

Eine Kugel Bourbon-
Vanille-Eis mit Espresso
€ 4,50

SALTED COCONUT PANNA COTTA

Gesalzene Kokosnuss-Panna-
Cotta mit Himbeer-Jus,
frische Mango & Kokoschips
€ 5,50

SCHOKOLADENTARTE

Luftiger Baiser ausgebacken
mit Zartbitterschokolade und
fein gemahlene Mandeln
€ 5,00



GETRÄNKE

KAFFEE & TEE

Espresso

€ 2,40

Espresso Macchiato

€ 2,70

Espresso Doppio

€ 3,50

Capuccino

€ 3,40

Latte Macchiato

€ 4,40

Caffè Lungo

€ 3,40

Frischer Minz Tee

€ 3,80

Ingwer x Minze

€ 4,50

Grüner Tee

€ 3,10

Schwarzer Tee

€ 3,10

ALKOHOLHALTIG

BIER*

Arcobräu Moser Liesl

0,33l € 3,10

0,5l € 3,80

Gösser Radler

0,5l € 3,80

WEINSCHORLE*

Rebi vom Weingut

Böhme & Töchter

Rot | Weiß

0,25l € 5,50

APERITIF

Hugo

0,4l € 7,50

Aperol Spritz

Lavelde Spritz

0,4l € 8,50

SOFTDRINKS

WASSER*

Bio Kristall Still

0,33l € 2,80

0,75l € 5,90

Bio Kristall Medium

0,33l € 2,80

0,75l € 5,90

COCA COLA*

Cola

0,2l € 3,10

Cola Zero

0,2l € 3,10

CHARITEA BIO*

Mate | Black | Green | Red

0,33l € 3,80

LEMONAID BIO*

Limette | Maracuja

Blutorange

0,33l € 3,80

PROVIANT BIO*

Apfelschorle | Rhabarber

0,33l € 3,50

*Eine Liste aller Allergene und Zusatzstoffe erhalten Sie beim Servicepersonal.



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](https://www.naum.munich)

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo - Fr, 11 - 15 Uhr

TAKE AWAY

CATERING ANFRAGEN

WhatsApp. 0176 71154905
Tel. 089 958 799 22