

Der Bissen fürs Gewissen

Käfer und Co. setzen auf veganes und vegetarisches Essen – wir haben „Green Beetle“ und andere getestet

Das Vorurteil, wonach veganes und vegetarisches Essen weniger geschmackvoll seien als herkömmliches, ist lange widerlegt. In München kann man sich vielerorts eines Besseren belehren lassen. Wir haben uns umgeschaut.

■ „Green Beetle“

Das neue Restaurant „Green Beetle“ („Grüner Käfer“) von Michael und Clarissa Käfer steht ganz im Zeichen der Nachhaltigkeit. Heute eröffnet es an der Schumannstraße (Bogenhausen). Auf der Speisekarte: vegetarische und vegane Gerichte. „Die Thematik an sich ist ja nicht ganz neu“, räumt Michael Käfer ein. Sein Ziel ist, das Unternehmen Käfer auf Dauer komplett CO₂-neutral zu halten. Nachhaltigkeit war Käfer deshalb bei seinem neuen Projekt sehr wichtig. Zum Beispiel bei der Einrichtung: Die Terrassen-Stühle sind aus recyceltem Meeresplastik, ein Teil des Parketts ist ein 40 Jahre alter Turnhallenboden. Das Servicepersonal trägt Kleidung aus Meeresplastik und Bio-Baumwolle.

Die Gerichte seien so zusammengestellt, dass der Gast nicht merke, dass Fisch oder Fleisch fehlen, sagt Chefkoch Felix Adebahr. Auf der Karte stehen Schmankerl wie der „Reichhaltige Mangold“ oder Polenta mit bayerischen Shiitake-Pilzen, Eigelb und Wasabi-Rucola für 20,50 Euro. Die Speisekarte gibt's nicht auf Papier, sondern via QR-Code. Wer kein Smartphone hat, bekommt



Reporterin Leoni Billina testete das Essen im neuen Restaurant „Green Beetle“.

FOTOS: -HARTMANN, HUBERT, ANTONELLI



Die Kolleginnen Alena Wunderlich und Giulia Antonelli waren vom Restaurant „Mutter Erde“ überzeugt.

ein Tablet – gebraucht, für jedes Gerät wurde ein Baum gepflanzt. Öffnungszeiten: Mo. bis Sa., 17.30 bis 1 Uhr.

■ „Frischfutter“

Sie möchten ein gesundes vegetarisches oder veganes Mittagessen mit allen wichtigen

raffinierten Zucker. „Alles selbst gemacht“, sagt Inhaberin Julia Linke. „Die Gerichte sind sättigend, lecker und energiespendend.“ Zum Beispiel die Antipasti-Bowl mit Grillgemüse, getrockneten Tomaten, Oliven und Feta für 9,50 Euro. Um Verpackungsmüll zu vermeiden, gibt es ein Brotzeitboxen-Pfandsystem. Marsstraße 13 (geöffnet Mo. bis Fr., 11 bis 15 Uhr); Heßstraße 37 (Mo. bis Fr., 11 bis 20, Sa. 11 bis 15 Uhr). Telefon 089/69 30 08 58, frischfutter-muenchen.de.

■ „Mutter Erde“

Im Naturkostladen und Imbiss „Mutter Erde“ werden nur saisonale und regionale Produkte verwendet. Täglich gibt es hier ein veganes Mittagsgemisch, vier frische Salate und eine Suppe. Unsere Testerinnen Alena Wunderlich und Giulia Antonelli probierten ein Veganes Auberginen-Gyros mit Paprika-Reis und Zucchini-Tzatziki (8,90 Euro). „Lecker!“ Den Mittagimbiss gibt's unter der Woche von 12 bis 14 Uhr – mit Zutaten aus dem hauseigenen Bioladen. Alle Produkte haben kurze Lieferwege und stammen von kleinen Betrieben aus der Region. Amalienpassage 89, Mo. bis Fr. 9 bis 19 Uhr, Sa. 11 bis 14 Uhr. Telefon 089/28 39 21, www.muttererde-muenchen.de.

■ „Katzentempel“

Das Restaurant „Katzentempel“ ist dafür bekannt, dass die Gäste dort Katzen streicheln dürfen. Immer mehr

Gäste kommen aber auch wegen der vegetarisch-vegane Küche. „Bei uns gibt es nur pflanzliche Speisen“, sagt Mitarbeiterin Lisa Schultes. Ziel: den ökologischen Fußabdruck klein halten. Außerdem: „Wir finden es widersprüchlich, tierische Produkte neben lebenden Tieren, unseren Tempelkatzen, zu verzehren.“ Zu essen gibt es immer drei Sandwiches zur Auswahl (à 12,90 Euro), Burger, Bowls, Salate, Desserts. Das „Katerfrühstück“ mit vegane Rührei kostet 12,90 Euro. Türkenstraße 29, Mo. bis Do., 12 bis 20 Uhr, Fr., 12 bis 21, Sa., 10 bis 21, und So., 10 bis 20 Uhr. Telefon 089/ 20 06 12 49, www.katzentempel.de.

■ „Siggis“

Im „Siggis vegan & fresh food“ gibt es keine abgehobene Küche für vegane Erbsenzähler, sondern bodenständiges Alltagsessen für jedermann – aber vegan. „Hausmannskost für die ganze Breite der Gesellschaft“, sagt Florian Högel von „Siggis“. Lachs, Schnitzel – aber eben alles pflanzlich. Der „Dauerrenner“ unter den Gästen ist zum Beispiel das „Crispy“, ein „Anti-Jäger-Schnitzel“ mit einer deftigen Pilz-Rahmsauce mit Kartoffel-Gurken-Salat für 15,90 Euro, das vegane Gyros „Immun“ mit Zaziki und Reis kostet 13,90 Euro. Buttermelcherstraße 17, Mi. bis Fr., 11.30 bis 23 Uhr, Sa./So./Feiertage, 10 bis 23 Uhr, Frühstück bis 15 Uhr. Telefon 089/24 29 20 33, <https://siggis.jetzt>.

leo, ast, meh



Reporterin Merle Hubert mit „Frischfutter“ auf der Gabel

Nährstoffen? Bei „Frischfutter“ gibt es Bowls, Currys und Chilis zum Mitnehmen ohne künstliche Zusatzstoffe und