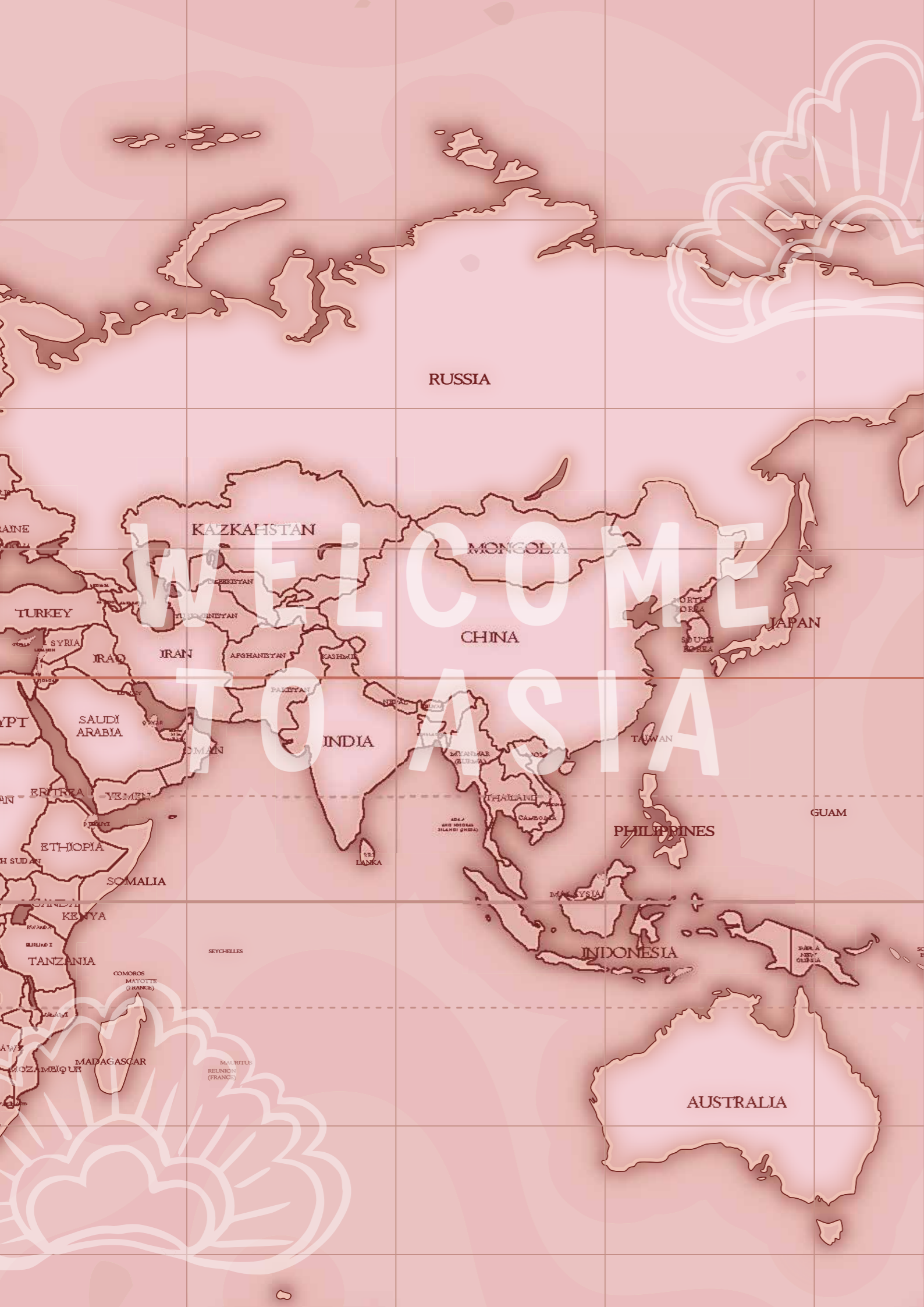




# IKI GAI

ASIAN FOOD  
LAAX

MENÜKARTE



ASIAN FOOD  
LAAX

# 生き甲斐

“Ikigai” **生き甲斐** ist eine japanische Philosophie und bedeutet wörtlich übersetzt etwa „das, wofür es sich zu leben lohnt“. Es setzt sich zusammen aus:

“Iki” **生き** = Leben  
“Gai” **甲斐** = Wert, Nutzen, Grund

IKIGAI IST EINE EINLADUNG, ÜBER DEN EIGENEN LEBENSINN NACHZUDENKEN – SEI ES IM BERUF, IN BEZIEHUNGEN ODER IN KLEINEN ALLTAGSFREUDEN. ES IST INDIVIDUELL UND KANN SICH IM LAUFE DES LEBENS VERÄNDERN.

## WAS BESCHREIBT IKIGAI?

Ikigai steht für den inneren Antrieb oder die persönliche Lebensmotivation – das, was einem morgens Sinn gibt aufzustehen. Es ist nicht unbedingt etwas Großes oder Weltbewegendes, sondern kann auch in kleinen Dingen liegen, etwa in Beziehungen, Hobbys oder Tätigkeiten, die einem Freude bereiten.

## DAS WESTLICH GEPRÄGTE IKIGAI-MODELL

Im Westen ist Ikigai vor allem durch ein Venn-Diagramm mit vier Bereichen bekannt geworden. Laut diesem Modell liegt dein Ikigai im Schnittpunkt von:

- Was du liebst
- Worin du gut bist
- Wofür du bezahlt werden kannst
- Was die Welt braucht

Dieses Modell ist eine moderne Interpretation, die auf Selbstverwirklichung und berufliche Erfüllung abzielt – in Japan selbst ist das Verständnis oft einfacher und mehr auf das tägliche Leben bezogen.

# TITEK

## DIE KUNST DES TEILENS

### CHOPSTICK-TAVOLATA Ab 2 Personen

pro Person 58.00

JAPAN | SUSHI – California Roll, Crab Roll, Salmon Roll, Spicy Tuna Roll

JAPAN | GYOZA – japanische Teigtaschen mit Gemüsefüllung

INDIEN | SAMOSAS – knusprige Teigtaschen mit Kartoffel-Erbesen-Füllung & Mango-Chutney

KOREA | SWEET & SPICY CHICKEN WINGS

THAILAND | PAD THAI – mit Crevetten

CHINA | SHANGHAI WINGS – süß & würzig

## SIGNATURE SUSHI

### SUSHI COMBO SAKURA Je 2 Stück

29.00



California Roll (Krabbenfleisch, Lachs, Fischrogen, Avocado, Sushi Reis, Nori)

Crab Roll (Räucherlachs, Krabbenfleisch, Avocado, scharfe Mayo, Sushi Reis, Nori)



Salmon Roll (Philadelphia Käse, Lachs, Sushi Reis, Nori)



Spicy Tuna Roll (Thunfisch, Sushi Reis, Nori, Sambal Olek, Teriyaki Sauce, Frühlingszwiebeln)

### SUSHI COMBO HARAJUKU Je 2 Stück

35.00



California Roll (Krabbenfleisch, Lachs, Fischrogen, Avocado, Sushi Reis, Nori)

Crab Roll (Räucherlachs, Krabbenfleisch, Avocado, scharfe Mayo, Sushi Reis, Nori)



Salmon Roll (Philadelphia Käse, Lachs, Sushi Reis, Nori)



Spicy Tuna Roll (Thunfisch, Sushi Reis, Nori, Sambal Olek, Teriyaki Sauce, Frühlingszwiebeln)



Green Roll (Avocado, Gurke, Sushi Reis, Nori)

### SUSHI COMBO TOKYO TIDES Je 2 Stück

39.50



California Roll (Krabbenfleisch, Lachs, Fischrogen, Avocado, Sushi Reis, Nori)

Crab Roll (Räucherlachs, Krabbenfleisch, Avocado, scharfe Mayo, Sushi Reis, Nori)



Salmon Roll (Philadelphia Käse, Lachs, Sushi Reis, Nori)



Spicy Tuna Roll (Thunfisch, Sushi Reis, Nori, Sambal Olek, Teriyaki Sauce, Frühlingszwiebeln)



Green Roll (Avocado, Gurke, Sushi Reis, Nori)



Sashimi aus Lachs & Thunfisch roh



vegan



vegetarisch



glutenfrei









laktosefrei

# JAPAN


## VORSPEISEN

### GYOZA

6 Stück – Japanische Teigtaschen gefüllt mit Gemüse oder Poulet

		Gemüsefüllung	14.50
		Gemischt Poulet- und Gemüsefüllung	17.50
		Pouletfüllung	19.50

### CHICKEN YAKITORI



 Pouletspiesse mit süß-salziger Sojasauce

4 Stück	17.50
8 Stück	24.50

### EDAMAME

			Warme, gesalzene Sojabohnen	9.50
			Warme, scharf-süsse Sojabohnen	10.50

### MISO UDON SUPPE

  Hausgemachte Miso-Brühe mit dicken Udon-Nudeln, Frühlingszwiebeln, Soja-Hack, Wakame-Algen und Sesam

19.50

## NUDELN

### YAKISOBA

Gebratene Weizennudeln mit Gemüse & Sojasauce

		Natur	19.50
		Tofu	21.50
		Poulet	25.50
		Rindfleisch	29.50







## SUSHI & SASHIMI

### POKE BOWL

Sushi Reis, frisches Gemüse & Marinade

		Avocado & Edamame	23.00
		Thunfisch & Lachs	27.00

### SUSHI ROLLS (pro 2 Stück)

	Salmon Roll (Philadelphia Käse, Lachs, Sushi Reis, Nori)	7.00	
	Spicy Tuna Roll (Thunfisch, Sushi Reis, Nori, Sambal Olek, Teriyaki Sauce, Frühlingszwiebeln)	8.00	
		Green Roll (Avocado, Gurke, Sushi Reis, Nori)	6.00
	California Roll (Krabbenfleisch, Lachs, Fischrogen, Avocado, Sushi Reis, Nori)	8.00	
	Crab Roll (Räucherlachs, Krabbenfleisch, Avocado, scharfe Mayo, Sushi Reis, Nori)	8.00	

### SASHIMI

 Lachs & Thunfisch roh

27.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei




laktosefrei

# INDIEN

## VORSPEISEN

### SAMOSAS

-  Knusprige Teigtaschen mit Kartoffel-Erbсен-Füllung & Mango-Chutney
- 2 Stück 15.50
- 4 Stück 21.00

## CURRYS

### WÄHLE DEINE LIEBLINGSSAUCE:

#### KORMA

– cremig mit Cashews & Kokos \*

-  Tofu 26.50
- Poulet 27.50
- Crevetten 31.00

#### BUTTER SAUCE

– mild & cremig \*

-  Tofu 26.50
- Poulet 27.50
- Crevetten 31.00

#### MASALA

– würzig mit Tomaten, Zwiebeln, Ingwer & Knoblauch \*

-  Tofu 26.50
- Poulet 27.50
- Crevetten 31.00

## VEGANE CURRYS

### KOKOSNUSS LINSEN DAL

-    Hausgemachtes Dal, Gemüse-Curry \* 29.50

\* Alle unsere Currys werden mit Jasminreis und 1 Stück Naanbrot serviert

-  **NAAN BROT ZU DEN CURRYS** pro Stück 4.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

# THAILAND

## VORSPEISEN

### SOM TAM THAI

- Frischer grüner Papayasalat mit Karotten, Cherry Tomaten, Limettensaft, Erdnüssen, Chili & Palmzucker
- mit knusprigen Pouletflügel (3 Stück)
- mit knusprigen Pouletflügel (6 Stück)

16.50  
24.50  
32.50

## SUPPE

### TOM YAM GOONG

Aromatische Crevettensuppe mit Zitronengras, Kokosmilch, Chili & Pilzen

26.50

## NUDELN

### PAD THAI

Reisnudeln mit Erdnüssen, Limette, Sojasprossen & Ei

- Natur
- Tofu
- Poulet
- Crevetten

19.50  
21.50  
25.50  
27.50

## REIS

### FRIED RICE

Gebratener Jasminreis mit Gemüse & Ei

- Natur
- Tofu
- Poulet
- Crevetten

17.50  
21.50  
25.50  
27.50

## CURRYS

### GREEN CURRY

Jasminreis, Kokosnussmilch, Thai Auberginen & grüne Curry-Paste

- Tofu
- Poulet
- Crevetten

26.50  
27.50  
31.00



vegan



vegetarisch



glutenfrei




laktosefrei

# KOREA

## VORSPEISEN

### KOREAN SWEET & SPICY CHICKEN WINGS

-  Pouletflügel in süß-scharfer Sauce aus Gochujang, Knoblauch & Honig  
6 Stück 16.50  
12 Stück 23.50

## NUDELN

### JAPCHAE

-   Glasnudelgericht mit Gemüse & Sojasauce  
 Tofu 21.50  
 Poulet 25.50  
 Rindfleisch 29.50

## GEBRATENES

### GEBRATENER REIS MIT KIMCHI

-   Jasminreis, Kimchi, Gemüse & Ei – würzig und aromatisch 22.50

### BULGOGI

-  Gebratenes Rindfleisch koreanischer Art 29.50  
 Jasminreis, Sojasauce, Knoblauch, Sesam, Zwiebeln & Zucker



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

# CHINA

## VORSPEISEN

### SHANGHAI WINGS – SÜSS & WÜRZIG



Pouletflügel mit Honig, Ingwer, Sesam & Sojasauce

6 Stück

12 Stück

16.50

23.50

## GESCHMORTES

### TAIWAN STYLE PORK BELLY STEW



Geschmorter Schweinebauch mit Sojasauce, Sternanis, Ingwer, Ei & Gewürzen  
serviert mit Jasminreis

28.50

## GEBRATENES GEMÜSE

### KNACKIGES GEMÜSE



Knackiges Gemüse, Knoblauch & Sojasauce

15.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

# SÜSSES

## DESSERTS

-    **MANGO STICKY RICE** | THAILAND 12.50  
Süßer Kokosklebreis mit erfrischender, süßer Mango
-  **MANGO LASSI** | INDIEN 7.50  
Joghurt-Drink mit frischer Mango & Honig
-   **MOCHI ICE CREAM** | JAPAN | pro Stück 4.50  
Gefüllte Klebreisbällchen mit exotischem Eis
- EIS & SORBETS** 6.00  
Verschiedene Sorten im Becher
-   Vanille  
  Schokolade  
  Mango



vegan



vegetarisch

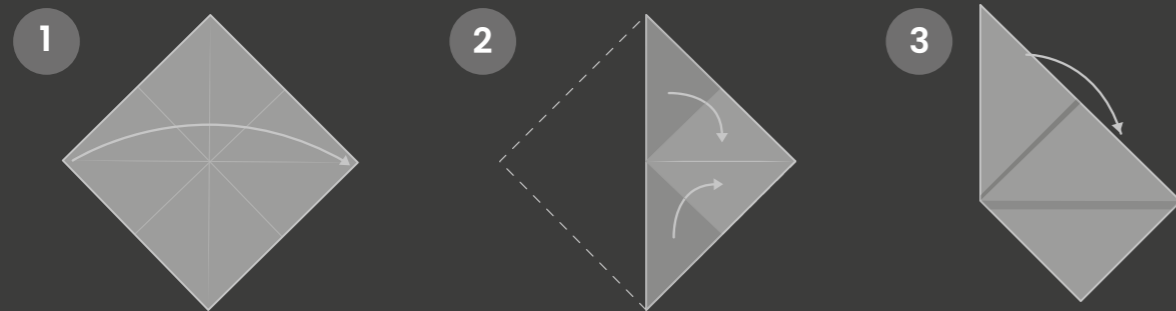


glutenfrei

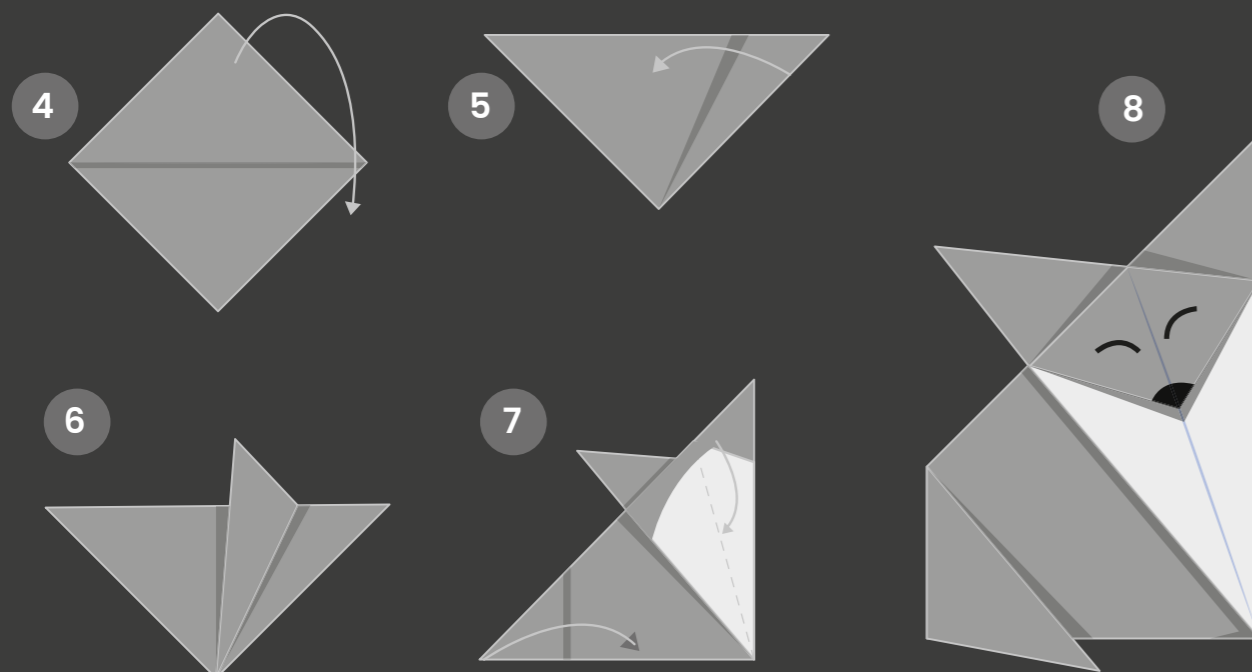


laktosefrei

## BASTLE DIR DEINEN ORIGAMI FUCHS



# KINDER KARTE



## FÜR KLEINE WELTENTDECKER

### GEBRATENES

#### GEBRATENER JASMINREIS

Ei, Gemüse und/oder Tofu oder Poulet mit Sojasauce

12.00

### NUDELN


#### YAKISOBA

Gebatene Weizennudeln mit Gemüse und/oder mit Poulet oder mit Tofu

12.00

### GREEN

#### KNUSPRIGE DRAGON BITES MIT REIS & KAROTTEN

 Knusprige, vegetarische Getreide Bites mit Teriyaki Sauce, zarten Karotten & Jasminreis

14.00

### CURRYS

#### MILDER PANANG – CURRY – JASMINREIS

Kokosmilch, Karotten & Erbsen mit Poulet - sanft und kindgerecht

14.00

Alle Preise verstehen sich in CHF und inklusive MwSt.



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei



般若  
如意

生

志

斐

IKI  
GAI

ASIAN FOOD  
LAAX