



ASIAN FOOD
LAAX



MENÜKARTE

JAPAN

VORSPEISEN



FRISCHE FRÜHLINGSROLLEN

Reispapier, Avocado, Sesam & frischem Gemüse

Vorspeise 2 Stück

16.50

Hauptgang 3 Stück

21.00

GYOZA – JAPANISCHE TEIGTASCHEN

Gefüllt mit Gemüse oder Poulet, Vorspeise 6 Stück



Gemüsefüllung

14.50



Gemischt Poulet- und Gemüsefüllung

17.50



Pouletfüllung

19.50



CHICKEN YAKITORI

Pouletspiesse mit süß-salziger Sojasauce

Vorspeise 4 Stück

17.50

Hauptgang 8 Stück

24.50



EDAMAME

Warme, gesalzene Sojabohnen

9.50

Warme, scharf-süße Sojabohnen

10.50

NUDELN

YAKISOBA

Gebratene Weizennudeln mit Gemüse & Sojasauce



Tofu

21.50



Poulet

25.50



Rindfleisch

29.50

SUSHI & SASHIMI

POKE BOWL

Sushi Reis, frischem Gemüse & Marinade



Avocado & Edamame

24.50



Thunfisch & Lachs

27.50

SUSHI ROLLS (Preis pro 2 Stück)



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

5.50



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

7.00



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

5.00



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

7.00



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

7.00

SASHIMI



Lachs & Thunfisch roh

26.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

INDIA

VORSPEISEN



SAMOSAS

Knusprige Teigtaschen mit Kartoffel-Erbсен-Füllung & Mango-Chutney

Vorspeise 2 Stück

15.50

Hauptgang 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 und 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



ALOO GOBI

Kartoffeln, Blumenkohl, Kurkuma & Kreuzkümmel *

25.50



KOKOSNUSS LINSEN DAL

Hausgemachtes Dal, Gemüse-Curry *

29.50

* Alle unsere Currys werden mit Jasmin Reis und 1 Stück Naanbrot serviert



NAAN BROT ZU DEN CURRYS Pro Stück

4.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

THAILAND

SUPPE



TOM YAM GOONG

Aromatische Crevettensuppe mit Zitronengras, Kokosmilch, Chili & Pilzen

26.50

NUDELN

PAD THAI

Reisnudeln mit Erdnüssen, Limette, Sojasprossen & Ei



Tofu

21.50



Poulet

25.50



Crevetten

27.50

REIS

FRIED RICE

– gebratener Jasminreis mit Gemüse & Ei



Natur

16.50



Tofu

21.50



Poulet

25.50



Crevetten

27.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

KOREA

VORSPEISEN



KOREAN SWEET & SPICY CHICKEN WINGS

Pouletflügel in süß-scharfer Sauce aus Gochujang, Knoblauch & Honig

Vorspeise 9 Stück

17.50

Hauptgang 15 Stück

24.50



KIMCHI – SUPPE MIT TOFU

Herzhafte Brühe mit Kimchi, Tofu, Frühlingszwiebeln & Knoblauch

16.50

NUDELN

JAPCHAE – GLASNUDELGERICHT MIT GEMÜSE & SOJASAUCE



Tofu

21.50



Poulet

25.50



Rindfleisch

29.50

GEBRATENES



GEBRATENER REIS MIT KIMCHI

Jasmin Reis, Kimchi, Gemüse & Ei – würzig und aromatisch

22.50



BULGOGI

Gebrautes Rindfleisch koreanischer Art

Sojasauce, Knoblauch, Sesam, Zwiebeln & Zucker

29.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

CHINA

VORSPEISEN



SHANGHAI WINGS – SÜSS & WÜRZIG

Pouletflügel mit Honig, Ingwer, Sesam & Sojasauce

Vorspeise 9 Stück

Hauptgang 15 Stück

17.50

24.50

GESCHMORTES



TAIWAN STYLE PORK BELLY STEW

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

28.50

GEBRATENES GEMÜSE



KNACKIGES GEMÜSE

Knackiges Gemüse, Knoblauch & Sojasauce

15.50



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

SÜSSES

DESSERTS

- | | | |
|--|--|-------|
|    | MANGO STICKY RICE THAILAND
Süßer Kokosklebreis mit erfrischender, süßer Mango | 12.50 |
|   | MANGO LASSI INDIEN
Joghurt-Drink mit frischer Mango, Honig | 7.50 |
|   | MOCHI ICE CREAM JAPAN pro Stück
Gefüllte Klebreisbällchen mit exotischem Eis | 4.50 |
|  | EIS & SORBETS
Verschiedene Sorten im Becher
Unser Serviceteam informiert Sie gerne über das aktuelle Angebot. | 4.00 |



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

Kinderkarte

FÜR KLEINE WELTENTDECKER

GEBRATENES



GEBRATENER JASMINREIS

Ei, Gemüse und/oder Tofu oder Poulet mit Sojasauce

16.00

NUDELN



YAKISOBA – GEBRATENE WEIZENNUDELN

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

16.00

GREEN



KNUSPRIGE DRAGON BITES MIT REIS & KAROTTEN

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

16.00

CURRYS



MILDER PANANG – CURRY – JASMINREIS

Kokosmilch, Karotten & Erbsen – sanft & kindgerecht

16.00

Alle Preise verstehen sich in CHF und inklusive MwSt.



vegan



vegetarisch



glutenfrei



laktosefrei

BEDEUTUNG IKIGAI



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.