

Unsere aktuellen Empfehlungen:

haru - Zutaten für zu Hause

haru-Miso-Dressing unser leckeres Salat-Hausdressing in der Glasflasche	0,5 lt.	5,50
haru-Sashimi-Dressing unser leckeres Salat-Hausdressing mit frischem Wasabistückchen in der Glasflasche	0,5 lt.	7,-
haru-Sojasoße unser selbst verfeinerte Sojasoße mit wenig Salz nach unserem alten japanischen Rezept in der Glasflasche	0,25 lt.	2,50

BIER

Mori - Pale Ale wunderbar süffiges japanisches Craft-Bier mit frischen Hopfennoten	0,33 lt.	4,-
Kirin	0,33 lt.	2,80

WEISSWEIN

Neuseeland MOROKI SAUVIGNON BLANC - MARLBOROUGH Opulent, aromatisch nach Melone, Stachelbeere, grüner Paprika, Grapefruit und tropischen Früchten	0,75 lt.	16,-
--	----------	------

SUSHI

NEU:

Hokkaido Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Hokkaido-Kürbis-Chutney, außen Curry Flocken		7,50
Zabi Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Mango, Garnele, Fischkäse und Schnittlauch, außen Kürbis-Shiso Flocken		8,90
Surf and Turf Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Garnelentempura umhüllt von kurz an gebratenen Rinderfiletstreifen, Trüffelmayo vom weißen Alba-Trüffel		15,90
Tataki Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Tempura vom grünen Spargel, umhüllt von kurz an gebratenen Rinderfiletstreifen, Ponzu-Spezialsoße		10,90

Für die Feinschmecker und nur solange der Vorrat reicht:

Balfego Bluefin-Thunfisch aus Spanien

Bluefin-Thunfisch Nigiri	5,80	Bluefin-Thunfischtatar	klein	19,50
Bluefin-Tekka Maki	7,90		normal	26,-
Bluefin-Pirikara Maki	9,90	Sashimi moriwase mit Bluefin	klein	26,-
Bluefin-Hiroki Maki	9,90	(gemischtes Sashimi)	normal	34,-
Bluefin-Tarutani Maki	9,90	Bluefin-Thunfisch Sashimi	klein	29,-
Bluefin-Alina Maki	9,90		normal	39,-
Bluefin-Kiyama Maki	17,80			

„KLEINE“ SPEISEN

Kimchi Tofu			6,90
japanischer Seidentofu mit scharf-mariniertem Kohl, Sesamöl und Schnittlauch			
Tatar Tokio			13,50
geschnittenes Rindertatar (vom Filet) angemacht nach „Haru Art“ (Miso, Senf, ein Hauch Mayo.....)			
Horenso Gyoza			7,50
gebratene und gedämpfte Spinat-Teigtaschen mit bunter Gemüsefüllung und würziger Tunke			
Backhändl a la haru			9,50
gebackene Maishähnchenbruststreifen in knuspriger Panko-Panade mit Pflaumen-Tomatendip			
BeefTataki a la haru			12,80
Scheiben vom kurz gebratenem Rinderfilet mit Ponzu-Nußbuttermarinade und Salatbeilage			
Takko Sumiso			12,80
Salat vom Oktopus, Gurke, Avokado und Wakame-Algen mit Miso-Senfsoße			
Ebi „Tatar“			10,80
Tatar von Black Tiger-Garnelen und Avokado mit Wasabi-Mayo-Sojacreme und Cräckern			
Avocado „Tatar“			9,80
Tatar von Avokado mit Wasabi-Mayo-Sojacreme und Cräckern			
Moyashi Salada			4,50
würziger Sojasprossensalat mit Frühlingszwiebeln und Sesam			
Yaki Gyoza			7,50
gebratene und gedämpfte Teigtaschen mit Huhn-Chinakohlfüllung und würziger Tunke			
Ebi Mayo			7,50
gebackene Blacktiger-Garnelen im Tempurateigmantel mit frischer japanischer Orangenmayonnaise			
Karaage			8,80
knusprig gebackene, mit Knoblauch und Ingwer marinierte Maishähnchenbällchen			
Edamame			5,50
blanchierte japanische Sojabohnen mit bretonischem Meersalz			
Gomaae			7,50
blanchierter Wurzelspinat mit Sesam-Erdnußsoße (kalt)	klein	5,80	
Thunfischtatar „haru Art“			19,50
-unser Klassiker seit 19 Jahren-			
Thunfisch- und Avokadowürfel mariniert mit Teriyakisoße, Sesam, Knoblauch und Chili	klein	14,50	
auch als Lachstatar bestellbar (17,50/12,50)			

SUPPEN

Misoshiru			3,90
traditionelle japanische Suppe aus Misopaste mit Tofu, Seetang und Frühlingszwiebeln			
NEU:			
Aki supu			7,50
feine Hokkaido-Kürbissuppe mit etwas Kokosmilch und Black-Tiger Garnelen			

SALATE

Miso Salada saisonal gemischte Salate mit Miso-Dressing	8.-
Sashimi Salada saisonal gemischte Salate mit verschiedenem rohen Fisch, Kaviar und Wasabi-Dressing	15,80
NEU: Tonkatsu Salada saisonal gemischte Salate mit Miso-Dressing, dazu ganze gebackene Maishähnchenbrust in knuspriger Panade und würzigem Dip	15.-

HAUPTSPEISEN

NEU: Mabo Don große Schale gefüllt mit Reis und traditioneller, scharfer Hackfleisch-Chili-Tofusoße und Frühlingszwiebeln	13.-
NEU: Bento Box DeLuxe + Sashimi + Ebi-Tempura Maki + gebackener Miso-Lachs + Beef Tataki vom Rinderfilet	30.-
Sake Teriyaki gebratenes Filet vom schottischen Label Rouge Lachs mit gebratenen Pilzen, Spinat, Tomaten und Teriyakisoße dazu Klebreis	21.-
Maguro Teriyaki gebratenes Filet vom Thunfisch mit gebratenen Pilzen, Spinat, Tomaten und Teriyakisoße dazu Klebreis	25.-
Yakisoba Yasai gebratene japanische Eiernudeln mit buntem Gemüse und kräftiger Soße	11.-
Yakisoba Ebi gebratene japanische Eiernudeln mit Black Tiger-Garnelen, buntem Gemüse und kräftiger Soße	14.-
Yakisoba Niku gebratene japanische Eiernudeln mit gebratenen Rinderfilet-Streifen, buntem Gemüse und kräftiger Soße	16.-
Yakiudon Yasai gebratene japanische Weizennudeln mit buntem Gemüse und würziger Soße	11.-
Yakiudon Ebi gebratene japanische Weizennudeln mit Black Tiger-Garnelen, buntem Gemüse und würziger Soße	14.-
Yakiudon Niku gebratene japanische Weizennudeln mit gebratenen Rinderfilet-Streifen, buntem Gemüse und würziger Soße	16.-
Curry Yasai kräftiges japanisches Curry mit buntem Gemüse, dazu Klebreis	13.-
Curry Ebi kräftiges japanisches Curry mit Black Tiger-Garnelen und Gemüse, dazu Klebreis	16.-
Curry Niku kräftiges japanisches Curry mit gebratenen Rinderfilet-Streifen und Gemüse, dazu Klebreis	18.-

Curry Katsu

kräftiges japanisches Curry mit gebackenen Maishähnchenbrust in knuspriger Panade und Gemüse, dazu Klebreis

18.-

Curry Karaage

kräftiges japanisches Curry mit gebackenen Maishähnchenbällchen und Gemüse, dazu Klebreis

16.-