

AUSTERN

Fines de Normandie Scea Vergers Ostreicoles No.2 Frankreich Stück **2,90**
Der Goldmedallengewinner der Austernzüchter 2020

Toro-Sommer-Special

*Toro ist ein sehr geliebtes aber auch von manchen verkanntes Stück vom Thunfisch.
Taro = Thunfischbauch das fetthaltigste Stück vom Thunfisch, rot mit einer weißen Maserung. In Japan die Fischdelikatesse schlechthin, ist er voll von Omega-3-Fettsäuren und feinsten Aromen.
Super zart und intensiv im Geschmack*

20 Jahre haru Jubiläums-Sonderpreise

Mini Toro-Sashimi 9.-
4 Scheiben vom Thunfischbauch

Toro Nigiri 5.-

Toro-Trüffel Nigiri 5,50
Nigiri vom Toro, kurz abgeflämmt
mit weißer Alba-Trüffelmayonnaise

Negitoro Maki 7.-
Maki gefüllt mit
gehacktem Thunfischbauch
und Frühlingszwiebeln

King-Toro-Maki 11.-
Inside-Out Maki gefüllt mit Gurke
und Avokado umhüllt
mit kurz abgeflämmtem Toro
und Frühlingszwiebeln

haru - Zutaten für zu Hause

Super Premium Sencha 100 Gramm nur 12.-
Grüntee aus Japan reicht für ca. 50 Tassen

haru-Miso-Dressing 0,5 lt. 5,50
unser leckeres Salat-Hausdressing in der Glasflasche

haru-Sashimi-Dressing 0,5 lt. 7.-
unser leckeres Salat-Hausdressing mit frischen Wasabistückchen in der Glasflasche

haru-Sojasoße 0,25 lt. 2,50
unser selbst verfeinerte Sojasoße mit wenig Salz
nach unserem alten japanischen Rezept in der Glasflasche

SUSHI aktuell

NEU:

Spicy Hamatchi Maki

9,50

Inside-Out Maki gefüllt mit gehacktem Hamatchi, Mayo, japanischem Chili, Gurke und Frühlingszwiebel umhüllt mit Flugfischkaviar

NEU:

TamTom Maki

7,50

Inside-Out Maki gefüllt mit japanischem Omelette, Frischkäse, halbtrockneten Tomaten und Schnittlauchtopping

Golden Curry Maki

12,90

dicke in Tempurateig gebackene Rolle, gefüllt mit Mango, Garnelen und Koriander, Curry-Mayotopping

Olli Maki

7,50

Inside-Out Maki gefüllt Lachs, Avokado, Schnittlauch, außen zweierlei Sesam

Jamaica Maki

8,90

Inside-Out Maki gefüllt Tempura von der Maishähnchenbrust, Chili, Koriander, Mango, japanische Gewürzflocken

Surf and Turf Maki

15,90

Inside-Out Maki gefüllt mit Garnelentempura umhüllt von kurz an gebratenen Rinderfiletstreifen, Trüffelmayo vom weißen Alba-Trüffel

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

NEU:

haru Salada

kleiner, pikanter Salat von Chinakohl, Orangen, Kimchi und Sesam

4,90

NEU:

Yakitori Niku

gebratene Spießchen (3 Stück) vom Rinderfilet mit pikanter Teriyakisoße

11,70

NEU:

Crispy Ebi

Gebackene Black-Tiger Garnelen in knuspriger Panade (3 Stück), dazu japanische Chilimayonnaise

9,60

NEU:

Tatar Tokio

geschnittenes Rindertatar (vom Filet) angemacht nach „Haru Art“ (Miso, Senf, ein Hauch Mayo.....)

14,50

NEU:

Asupara meets beef

blanchierte grüne Spargelstangen umhüllt von kurzgebratenen Rinderfiletstreifen, Ponzu-Nußbutter

9,90

Sunomono

japanischer Gurken-Algensalat

4,90

Hamatchi Carpaccio

Scheiben vom japanischem Hamatchi mit Chili-Ponzu

14,-

Thunfischtatar „haru Art“ -unser Klassiker seit 20 Jahren-

Thunfisch- und Avokadowürfel mariniert mit Teriyakisoße, Sesam, Knoblauch und Chili

klein 14,50

19,50

Kimchi Tofu

japanischer Seidentofu mit scharf-mariniertem Kohl, Sesamöl und Schnittlauch

6,90

Horenso Gyoza

gebratene und gedämpfte Spinat-Teigtaschen mit bunter Gemüsefüllung und würziger Tunke

7,50

Yaki Gyoza

gebratene und gedämpfte Teigtaschen mit Huhn-Chinakohlfüllung und würziger Tunke

7,50

Backhändl a la haru

gebackene Maishähnchenbruststreifen in knuspriger Panko-Panade mit Pflaumen-Tomatendip

9,50

Takko Sumiso

Salat vom Oktopus, Gurke, Avokado und Wakame-Algen mit Miso-Senfsoße

12,80

Moyashi Salada

würziger Sojasprossensalat mit Frühlingszwiebeln und Sesam

4,50

Edamame

blanchierte japanische Sojabohnen mit bretonischem Meersalz

5,50

Gomaae

blanchierter Wurzelspinat mit Sesam-Erdnußsoße (kalt)

klein 6,50

8,50

SALATE

Sashimi Salada saisonal gemischte Salate mit rohem Lachs und Thunfisch, Kaviar und Wasabi-Dressing	15,80
Ebi Salada saisonal gemischte Salate mit in Panko Panade, knusprig gebackenen Black Tiger Garnelen und Yuzu-Dressing	15,80
Miso Salada bunter Salat mit Miso-Dressing	8.-
Beilagensalat kleiner, bunter Salat mit Miso-Dressing	4,50

SUPPEN

Misoshiru traditionelle, japanische Suppe aus Misopaste mit Tofu, Seetang und Frühlingszwiebeln	3,90
NEU: Tom Kah Gai thailändische Kokosuppe mit Maishähnchenbruststreifen, Gemüse, Pilzen und Chili	7.-

HAUPTSPEISEN

NEU: Tori Teriyaki gebratene französische Maishänchenbrust mit gebratenem Gemüse und Teriyakisoße dazu Klebreis	19.-
Sake Teriyaki gebratenes Filet vom schottischen Label Rouge Lachs mit gebratenen Pilzen, Spinat, Tomaten und Teriyakisoße dazu Klebreis	21.-
Bento Box DeLuxe + Sashimi + Ebi-Tempura Maki + gebackener Miso-Lachs + Beef Tataki vom Rinderfilet	30.-
Asupara Udon Yasai gebratene dicke japanische Weizennudeln mit grünem Spargel, Gemüse und Knoblauch-Butter-Soja-Soße	13.-
Asupara Udon Ebi gebratene dicke japanische Weizennudeln mit Black Tiger-Garnelen und mit grünem Spargel, Gemüse und Knoblauch-Butter-Soja-Soße	17.-
Asupara Udon Niku gebratene dicke japanische Weizennudeln mit gebratenen Rinderfilet-Streifen und mit grünem Spargel, Gemüse und Knoblauch-Butter-Soja-Soße	19.-
Yakisoba Niku gebratene dünne japanische Eiernudeln mit gebratenen Rinderfilet-Streifen, buntem Gemüse und kräftiger Soße	18.-