haru - Zutaten für zu Hause

Super Premium Sencha Grüntee aus Japan reicht für ca. 50 Tassen	100 Gramm nur	12.-
haru-Miso-Dressing unser leckeres Salat-Hausdressing in der Glasflasche	0,5 lt.	5,50
haru-Sashimi-Dressing unser leckeres Salat-Hausdressing mit frischen 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

SUSHI AKTUELL

Hokkaido Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Hokkaido-Kürbis-Chutney, und Rucola außen Curry Flocken		7,50
Akoko Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Hokkaido-Kürbis-Chutney, Gurke und Schnittlauch umhüllt von Thunfisch, Trüffelmayo vom weißen Alba-Trüffel		15,90
Spicy Hamatchi Maki Inside-Out Maki gefüllt mit gehacktem Hamatchi, Mayo, japanischem Chili, Gurke und Frühlingszwiebel umhüllt mit Flügelfischkaviar		9,50
Olli Maki Inside-Out Maki gefüllt Lachs, Avokado, Schnittlauch, außen zweierlei Sesam		7,50
Surf and Turf Maki Inside-Out Maki gefüllt mit Garnelentempura umhüllt von kurz an gebratenen Rinderfiletstreifen, Trüffelmayo vom weißen Alba-Trüffel		15,90

Balfego - Bluefin-Thunfisch aus Spanien

QUALITÄT WIE MAN SIE NUR IN JAPAN FINDET. Butterweich und Geschmacksintensiv!!

Balfego Thunfisch ist eine spanische Markenfischerei die sich den höchsten qualitativen- und ökologischen Standards verschrieben hat

Dieser Lieferant hat zusammen mit der ICCAT (Internationale Kommission zu Erholung der Blauflossen-Thunfischbestände) sich der ökologischen Befischung von Thunfisch verpflichtet.

Dieser Blauflossen-Thunfisch ist von allerhöchster Qualität und bietet aufgrund von einem einzigartigem

Rückverfolgungssystem Informationen über die genaue Herkunft des Fisches und dessen ausgeglichener Ökobilanz.

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

„KLEINE“ SPEISEN

NEU:

Tempura Moriawase

Tempura von Garnelen (2 Stück), Weißfisch (1 Stück) und Gemüse (3 Stück)
mit traditioneller Tunke, geriebenem Rettich und Ingwer
(Tip für Anfänger: Rettich und Ingwer in die Tunke rühren)

11,80

NEU:

Tempura Ebi

Tempura von Garnelen (4 Stück) mit traditioneller Tunke, geriebenem Rettich und Ingwer

12,80

NEU:

Tempura yasai

Tempura von Gemüse (7 Stück)
mit traditioneller Tunke, geriebenem Rettich und Ingwer

9,80

Ebi Mayo

gebackene Blacktiger-Garnelen im Tempurateigmantel mit frischer japanischer Orangenmayonnaise

7,50

Yakitori Niku

gebratene Spießchen (3 Stück) vom Rinderfilet mit pikanter Teriyakisoße

11,70

Crispy Ebi

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

9,60

Tatar Tokio

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

14,50

Asupara meets beef

blanchierte grüne Spargelstangen umhüllt von kurzgebratenen Rinderfiletstreifen, Ponzu-Nußbutter

9,90

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

NEU:

Aki supu Ebi feine Hokkaido-Kürbissuppe mit etwas Kokosmilch und Black-Tiger Garnelen (2 Stück)	8,90

NEU:

Aki supu feine Hokkaido-Kürbissuppe mit etwas Kokosmilch	6,90

Misoshiru traditionelle, japanische Suppe aus Misopaste mit Tofu, Seetang und Frühlingszwiebeln	3,90

Tom Kah Gai thailändische Kokosuppe mit Maishähnchenbruststreifen, Gemüse, Pilzen und Chili	7,-

HAUPTSPEISEN

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,-

NEU:

Mabo Don

große Schale gefüllt mit Reis und traditioneller, scharfer Hackfleisch-Chili-Tofusoße und Frühlingszwiebeln

13.-

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.-

20 Jahre haru
Jubiläumsmenü
(ab 2 Personen)

I. Gang

BentoBox Zensai (1 Box zum Teilen)
Gyoza - Lachstatar - Gomaee - Edamame

II. Gang

Sushi (1 Teller zum Teilen)
1 Ebi-Tempura Maki - 2 Lachs Nigiri - 2 Thunfisch Nigiri

III. Gang

Fisch oder Fleisch (jeder Gast wählt)

gebratenes Lachsfilet mit Teriyakisoße

oder

gebratenes Rinderfiletsteak mit pikanter japanischer Steaksoße
dazu jeweils Spargelgemüse und Hokkaido-Kürbispüree

IV. Gang

Dessertvariation (1 Teller zum Teilen)
Yuzu-Limetentarte, Mochis, Beeren

Jubiläums-Sonderpreis pro Person 39.-